

ET KJENT ANSIKT  
– OPPLEVELSE OG HÅNDTERING AV KRITISK  
MEDIEOMTALE HOS EN GRUPPE PROGRAMLEDERE



Leveret som hovedoppgave ved  
Psykologisk Institutt,  
Universitetet i Oslo, høst 2007,  
av Marius Presterud

## **Et kjent ansikt**

### **Opplevelse og håndtering av kritisk medieomtale hos en gruppe programledere**

#### **En kvalitativ studie**

Stud. Psychol. Marius Presterud

Veileder: Prof. Fanny Duckert

## **SAMMENDRAG**

Hensikten med denne undersøkelsen var å kartlegge opplevelsen og håndteringen av kritisk medieomtale hos en gruppe norske medieerfarne celebriteter. Undersøkelsen inngikk som en delstudie til doktorgradsprosjektet ”I Offentlighetens Søkelys”, som ledes av Fanny Duckert ved Psykologisk Institutt i Oslo.

Sentrale problemstillinger var:

Hvordan opplever utvalget kritisk medieomtale? Hva opplever de som belastende ved kritisk medieomtale? Hvilke strategier bruker de i møtet med kritisk medieomtale? Hva er det ved fenomenet ”kritisk medieomtale” som gjør det til en belastning? Hvilke intrapersonlige ressurser kan verne mot belastning under kritisk medieomtale?

Et Grounded Theory design ble valgt til studien. Datainnsamlingen og den parallelle dataanalysen foregikk i en toårs periode fra 2005 til 2007. Grunnlaget for undersøkelsen var semistrukturerte intervjuer med 8 programledere som ble rekruttert på bakgrunn av en analyse av det norske mediebildet. Kriterier for deltakelse var at de skulle ha gjentatt erfaring som programleder, jobbet som programleder ved intervjutidspunkt, erfart variert medieomtale og var voksne personer fra 30-55 år.

Resultatet av analyseprosessen var 3 hovedkategorier; ”Forskjeller i belastning”, ”Kilder til belastning” og ”Strategier i møtet med media”. Hovedkategoriene hadde 14 underkategorier. Funnene beskrev variasjon, likheter og forskjeller mellom informantene i opplevelse og håndtering av kritisk medieomtale. Funnene ble drøftet og sett i lys av en utvidet stress og mestringmodell, en selvpsykologisk forståelsesmodell og et oppfølgingsintervju med en nøkkelinformant.

Funnene har implikasjoner for pressen, medierådgivere, psykologer og andre behandlere. De berører også konkrete etiske problemstillinger i samfunn hvor media som institusjon får en økende betydning.

## **FORORD**

Jeg skylder mange en stor takk for samarbeid og hjelp under arbeidet på denne undersøkelsen:

Takk til informantene som deltok i undersøkelsen uten å få noe igjen for det, annet enn nyssgjerrige spørsmål. Studien ville ikke vært gjennomførbar uten deres hjelp og åpenhet.

En stor takk til min veileder Fanny Duckert for å ha vært raus med tid og veiledning helt frem til innlevering, for å ha latt meg nyte en stor frihet under arbeidsprosessen og for klar tilbakemelding de gangene jeg holdt på å gå meg vill.

Takk til Prof. Kenneth H. Craik ved Uni. Cal. Berkeley for samtaler og refleksjoner under forarbeidet til studien.

Takk til alle i forskningsfellesskapet tilknyttet "I Offentligheten Søkelys", for oppmuntrende og konstruktive samtaler, møter og middager, år etter år; Cand. Psychol. Øyvind Tjore, Anne Marthe Kaldestad, Kim Karlsen, Linda Sandbæk, Kjell Arne Strøm-Olsen og Ellen Sofie Hovland.

INNLEDNING.....	5
TEORI.....	7
Stress og mestring.....	7
Selvpsykologi.....	10
METODE.....	14
Valg av forskningsspørsmål og utvalg.....	14
Begrepsopklaring.....	15
Valg av design.....	16
Valg av verktøy.....	17
PROSEDYRE OG ANALYSE.....	18
Forarbeide før intervju.....	18
Intervju.....	19
Etterarbeide etter intervju.....	20
Analysen i praksis.....	21
Bruken av nøkkelinformant.....	22
ETISKE BETRAKTNINGER.....	23
RESULTATER OG DRØFTING.....	24
En kort introduksjon av informantene.....	24
Forskjeller i grad av belastning.....	24
Lav belastning.....	26
Middels til høy belastning.....	29
Høy belastning.....	33
Fokus på forskjeller.....	36
Kilder til belastning.....	38
Fremstilling.....	38
Vinkling og faktafeil.....	39
Figurering.....	40
Billedbruk.....	41
Medvirkning.....	41
Arbeidsforhold.....	42
Bekymring for karriere.....	42
Tidligere arbeidsgivere og kollegaer.....	43
Oppfølging fra arbeidsgivere og kollegaer.....	44
Betydningsfulle andre.....	44
Medfølelse for andre.....	45
Andres medfølelse.....	45
Hvordan forstå kritisk medieomtale som belastning?.....	47
Belastningskilder, sett i lys av en selvpsykologisk forståelsesmodell.....	52

Strategier i møte med kritisk medieomtale.....	53
Uttale seg i media- med hensikt om å være åpen.....	53
Uttale seg i media- med hensikt om å forme omtalen.....	54
Kontakte kritikere.....	55
Ikke gi kommentarer.....	56
Alenetid.....	57
Perspektiv.....	57
Finne lek i kritikken.....	58
Hensiktsmessige strategier i møtet med kritisk medieomtale.....	59
Forskjeller i strategier, sett i lys av en selvpsykologisk forståelsesmodell.....	65
AVSLUTTENDE REFLEKSJONER.....	67
Forskningsprosessen.....	67
Teori og metode.....	67
Metning.....	67
Genrealiserbarhet.....	68
Funnene og deres implikasjoner for presse og behandlere.....	70
APPENDIKS.....	76
1. Informasjonsbrev	
2. Samtykkeerklæring	
3. Intervjuguide	
4. Skjema for følelsesreaksjoner	
5. Kurve for livskvalitet	
6. Selvutfyllingsskjema med bakgrunnsinformasjon	

## INNLEDNING

Medieutviklingen de siste 60 årene har vært massiv. Tidligere tiders knapphet på informasjon, har blitt avløst av et informasjonssamfunn hvor alle må forholde seg til media. På individnivå påvirker media folks kunnskap, holdninger og oppførsel. På samfunnsnivå, regulerer og inngår media i de sosiale, kulturelle og politiske strukturene (Waldahl, 1989:10). I Norsk Presseforbunds etiske normer for pressen (2007), "Vær Varsom-plakaten", lyder § 1.1 "Ytringsfrihet, informasjonsfrihet og trykkefrihet er grunnelementer i et demokrati. En fri, uavhengig presse er blant de viktigste institusjoner i demokratiske samfunn."

Parallelt med denne medieutviklingen har mediebildet blitt mer tabloid med en økning i billedbruk, store overskrifter og et økt personfokus. Objektiv rapportering har blitt nedprioritert for en fargerik, subjektiv presentasjon og kritisk vinkling (Marconi, 2002) og det har oppstått en journalistikk, spesialisert på dekningen av celebriteter (Bodahl-Johansen, 2007). Enkeltmennesket har således blitt mer fremtredende i media.

Fordi media både fortolker, kontrollerer og formidler informasjon, samt normer og verdier, må media anses som en mektig institusjon i samfunnet. Media har derfor et stort ansvar ovenfor samfunnets medlemmer og en stor makt ovenfor enkeltmennesket. Dette ansvaret har norsk media vært bevisst. I Vær Varsom-plakaten § 1.5 heter det. "Det er pressens oppgave å beskytte enkeltmennesker og grupper mot overgrep fra offentlige myndigheter og institusjoner, private foretak og andre."

Som en selvregulerende instans, har Norsk Presseforbund oppnevnt et Pressens Faglige Utvalg (PFU), som behandler klager og presseetiske spørsmål. PFU skal sørge for at pressen utøver sin informasjonsmandat i overensstemmelse med Vær Varsom-plakaten. I plakaten publiseringsregler står det blant annet at pressen skal "Vise respekt for menneskers egenart og identitet, privatliv, rase, nasjonalitet og livssyn. Fremhev ikke personlige og private forhold når dette er saken uvedkommende" (§ 4.3).

Allikevel har PFU i enkeltsaker uttalt at noen personer må tåle en mer nærgående oppmerksomhet enn andre, hvis det er i samfunnets interesse ("Solskjærdommen", PFU-sak 134/02, sist lastet ned fra PFUs søkebase, 19-10-07). Kjell Børringbo, organisasjonssekretær i Norsk Presseforbund, sier at uttalelser av denne typen først og fremst er beregnet på

celebriteter, som gjennom sitt yrke har søkt medias positive oppmerksomhet. De må da også tåle negativ medieoppmerksomhet. Personer som jobber i det offentlige (offentlige personer) vil ha et større krav på vern mot medias søkelys (personlig telefonsamtale, 19/10/07).

Men hva innebærer det egentlig ”å tåle” medias oppmerksomhet? Og hva er det som skal ”tåles” og hvordan kan folk møte medias oppmerksomhet på en måte som gjør den ”tålelig”? Det er gjort få systematiske studier av folks opplevelse og håndtering av det å få mediedekning. Undersøkelser gjort til dags dato, har bestått av psykologer og psykiatere som har vært opptatt av medieomtale som en tilleggsbelastning, når noen har opplevd katastrofer og ulykker (Kolstad, 1994), eller som en situasjon kjennetegnet av lite kontroll og sosial skam (Weisæth & Mehlum, 1993). Studiene som har blitt gjort på celebriteter, foreslår at den økte private selvbevisstheten som kommer med oppmerksomheten, kan gjøre de mer utsatt for rusbruk, depresjon og suicid (Ludwig, 1995, i Morin & Craig, 2000, Schaller, 1997). Langvarig personfokusering i media har vært relatert til endringer i selvbilde og væremåte i retning av medias fremstilling, hos idrettsutøvere (Adler & Adler, 1989). Forskning av denne typen må anses som essensiell for PFUs avgjørelser i presseetiske spørsmål og for moderne helsepersonell og medierådgivere.

I dag undersøkes sammenhengen mellom kritisk medieomtale og helse ved Universitetet i Oslo. ”I Offentligheten Søkelys” er et paraplyprosjekt med fokus på stress og mestring hos personer som har erfart vedvarende kritisk medieomtale i forbindelse med sin arbeidssituasjon (Tjore, 2002). Ansvarlig prosjektleder er Prof. Fanny Duckert. Hovedforsker er Cand. Psychol. Øyvin Tjore, som skriver sin doktorgrad på emnet. I tillegg har flere studenter skrevet hovedoppgaver til prosjektet. Min studie er en delstudie til ”I Offentlighetens Søkelys”.

## TEORI

### Stress og mestring

I de siste 20 årene har Lazarus og Folkman (1984) stått for den videst aksepterte modellen for å forstå stress og stressmestring. Denne forståelsesmodellen har også vært utgangspunktet for forskning gjort på stress og mestring under kritisk medieomtale ved Universitet i Oslo. Jeg vil i korte trekk gå igjennom denne forståelsesmodellen, før jeg vil drøfte muligheten for å utvide forskningen med et selvpsykologisk fokus.

Lazarus og Folkman brøt tydelig med stressforskningen gjort før 1984.

Hvor tidligere forskning hadde studert stress som en statisk mengdeegenskap (Holmes & Rahe, 1967, i Stroebe, 2000), foreslo Lazarus og Folkman en transaksjonell forståelse av stress. At modellen var transaksjonell, innebar at den ikke anså mennesker og omgivelsene som separate enheter med en mengde egenskaper som forskere kunne isolere og måle. I stedet foreslo den at mennesker og omgivelsene inngår i en kontinuerlig ”dynamisk, gjensidig påvirkende, bidireksjonell relasjon.” (1984:293). Stress ble nå et resultat av et samspill. For å studere stress måtte en studere alle delene som inngikk i samspillet.

Hvor tidligere stressforskning hadde hatt sitt fokus på de hormonelle og fysiologiske reaksjonene mennesker og dyr viser ved vedvarende belastning (Selye, 1976 og Canon, 1929, i Stroebe, 2000), satte Lazarus og Folkman i tillegg fokuset på de psykologiske prosessene før og under belastningen. Modellen legger spesiell vekt på de kognitive prosessene og vurderingene personen gjør for at stress skal oppstå:

1. Den første vurderingen personen gjør er å avgjøre om situasjonen de befinner seg i er av positiv eller negativ betydning for deres velvære, eller irrelevant.

2. Er situasjonen betydningsfull gjør personen en sekundærvurdering hvor situasjonens krav sammenliknes med hvilke ressurser personen har tilgjengelig for å takle situasjonen.

Konklusjonen kan være at krav-ressurs forholdet er ubalansert i favør av situasjonen. I så fall resulterer det i at personen opplever stress. Intensiteten på stressopplevelsen avgjøres av om personen vurderer krav-ressurs forholdet som utfordrende eller truende. Revurderinger og sjekking etter ny informasjon antas å skje fortløpende. Det gir nye konklusjoner om situasjonen fremdeles utgjør en utfordring, trussel eller om det allerede har skjedd et tap.



I dette ligger det også at folk kan oppfatte den samme situasjonen ulikt, avhengig av hvilke vurderinger de gjør underveis av situasjonens krav og egne ressurser. ”Stress” oppstår først i ”et samspill mellom en person og omgivelsene som personen vurderer som takserende eller som overgår hans ressurser og truer hans velvære” (Lazarus & Folkman, 1984:19).

Lazarus og Folkman antar at stressreaksjonen gir utslag både i form av følelser, tanker, oppførsel og fysiologi. Et viktig element er allikevel at opplevelsen av stress gir både en følelsemessig opplevelse, samtidig som det motiverer individet til å gjøre noe for å takle situasjonen eller sine emosjonelle reaksjoner. ”Mestring” defineres som ”de kontinuerlig endrende kognitive- og adferdsforsøk en person gjør, for å håndtere spesifikke ytre eller indre krav som personen vurderer som takserende eller som overgår hans ressurser” (Lazarus & Folkman, 1984:141).

Modellen skiller mellom de mestringsstrategier som primært tar utgangspunkt i individet og de som stammer fra omstendighetene omkring individet. Fysisk helse, evner og erfaringer, innstillinger til omverden og seg selv, regnes som intra-personlige ressurser. Velstand og sosial støtte regnes blant de ekstra-personlige. De intra-personlige ressursene deler de igjen i åtte mestringsstrategier<sup>1</sup>. Disse plasseres i to grupper etter hvorvidt de er problemfokuserte eller emosjonsfokuserte. Mestringen regnes som problemfokuseret om strategien reduserer stress ved å endre noen av situasjonsbetingelsene. Strategiene ”Planlagt problemløsning” og ”Konfrontering” regnes som problemfokuserte. Mestringen regnes som emosjonsfokuseret om strategien reduserer stress ved å endre individets egne følelser og forståelse av situasjonen. ”Distansering”, ”Selvkontroll”, ”Aksept av ansvar”, ”Unnvikelse” og ”Positiv revurdering” regnes som emosjonsfokuserte (Stroebe, 2000). At effektiv mestring kan skje uten at omgivelsene endres, er enda et av modellens særtrekk. Effektiv mestring under stress, er hva som helst som individet foretar seg i en gitt type situasjon, som reduserer opplevelsen av stress.

På bakgrunn av denne modellen har det blitt gjort omfattende forskning på individuelle forskjeller i mestringsstrategibruk og helse. På tross av dette, har det vært vanskelig å trekke generelle konklusjoner fra resultatene. Dette har ført til kritikk av modellen og forskningen (ibid., Vollrath, 2001).

---

<sup>1</sup> Se Stroebe (2000) for en utfyllende forklaring av hver strategi.

En viktig innvending til forskningen er at Folkmans og Lazarus' (1988) åtte mestringsstrategier er at de er for generelle til å brukes på spesifikke situasjoner (Stroebe, 2000). Det har også blitt foreslått at det bør gjøres en mer spesifikk utforskning av mestringsstrategier brukt i spesielle situasjoner (Vollrath, 2001).

De tre foregående hovedoppgavene av Andreassen (2003), Gustafsson (2003) og Andreassen og Skålholt (2003) har brukt den åttedelte modellen for å kartlegge hvilke mestringsstrategier som blir brukt under kritisk medieomtale. Alle studiene konkluderer med at å bruke den åttedelte modellen var nyttig for å få oversikt over datamaterialet, men at det i praksis var problematisk å plassere hva informantene gjorde i en passende mestringskategori. I tillegg oppdaget alle studiene mestringsstrategier som ikke passet inn i noen av de åtte mestringsstrategiene (Andreassen, 2003:62, Andreassen og Skålholt, 2003:66, Gustafsson, 2003:63). Av disse grunnene valgte jeg å ikke bruke Lazarus og Folkmans åttedelte modell som forståelsesmodell i min studie. I stedet ønsket jeg å lete etter situasjonsspesifikke mestringsstrategier i mitt datamateriale.

En annen kritikk som har blitt rettet mot stress og mestringsforskningen er at stressmekanismene i individet ikke har blitt utforsket grundig nok (Vollrath, 2001).

En av grunnene til dette kan være at modellen forstår emosjoner som å etterfølge kognisjon. At modellen graderer styrken på stressopplevelser kun etter hvorvidt individet vurderer situasjon-krav forholdet som ubetydelig/utfordrende/truende, kan kritiseres for å være overfladisk og gi lite informasjon om hvordan prosessen oppleves av de involverte. Av den grunn valgte jeg å en mer dynamisk vinkling av min studie. I tillegg til å forstå grad av stress under kritisk medieomtale kognitivt, kartla jeg variasjon og intensitet i følelseserfaringer i mitt datamateriale.

## Selvpsykologi

Selvet kan bredt defineres som en integrasjon av en persons ”selvkonsept”, ”selvfølelse” og ”selvpresentasjon”. Selvkonseptet refererer til ”den totale summen av egenskaper, abiliteter, meninger og verdier som en person til enhver tid mener definerer hvem han er” (Osborne, 1993:2). Selvfølelse referer til ”en persons affektive evaluering av sitt selvkonsept” (ibid.). Selvpresentasjon innebærer ”ulik atferd som har til hensikt å påvirke inntrykket andre har av utøveren, for å oppnå kortsiktige interpersonlige mål eller konstruere en langvarig identitet” (Goffman, 1959, Baumeister, 1982, i Lee, Quigley, Nesler, Corbett & Tedeschi, 1998). I denne oppgaven vil jeg bruke ordet selvpoppfatning synonymt med ordet selvkonsept i denne oppgaven, fordi dette er nærmere mitt hverdagsspråk.

Fra våre egne liv kjenner vi alle til overraskelsen, forvirringen og irritasjonen som vi kan føle om vi blir tillagt meninger eller intensjoner som ikke stemmer. For ikke å snakke om handlinger. Og vi vet hvor skjerpet vi kan bli, hvis vi merker at noen misforstår oss. Vi synes det er merkelig å høre oss selv på kassett og vi kaster fotografier av oss selv som vi ikke liker. Når noen opplever kritisk mediedekning over lengre tid, er det rimelig å anta at den som blir omtalt, ofte ikke vil kjenne seg igjen i omtalen. En mulig måte å tilnærme seg medieomtale som stressopplevelse, er å forstå den som noe som frustrerer og utfordrer de omtalte selvpoppfatning.

Forskning har funnet at korrelatene til en usikker og uklar selvpoppfatning, er lav selvfølelse, angst, depresjon, nevrotisme og kronisk grubling (Campell et al. 1996, Osborne, 1993). Disse funnene kan forstås ut i fra hva selvpsykologien kaller selvet grunnleggende behov for konsistens, stabilitet og predikabilitet<sup>2</sup> (Osborne, 1993)

I selvpsykologien anses individets selvpoppfatning som et resultat av et samspill med andre. Retningen antar at folk har flere indre, mentale representasjoner av seg selv. Noen eksempler kan være ”vår nåtidige oppfatning av oss selv”, ”hvordan andre oppfatter oss”, ”hvordan vi ønsker å være”, ”hvordan andre forventer at vi skal være”, etc ( Higgins, 1987). Et individs selvpoppfatning antas til enhver tid å være summen av en pågående forhandlingsprosess mellom personen og de sosiale omgivelsene, om disse representasjonene. Fordi

---

<sup>2</sup> Dette fokuset på kontrollmangel og uforutsigbarhet har selvpsykologien til felles med Seligmans teori om lært hjelpsløshet (Seligmann, 1975, i Stroebe, 2000). Teorien om er ansett som en etablert konkurrent til Lazarus og Folkmans stress og mestringsparadigme (Stroebe, 2000).

representasjonene kan avvike fra hverandre, arbeider kognitive prosesser for å opprettholde en indre sammenheng, kontinuitet og forutsigbarhet i personens selvoppfatning. Disse prosessene har blitt kalt "selv-motiver" (Osborne, 1993) og kjennetegnes ved at de initierer selvutforskning og introspeksjon, gjør personen selektiv i sin oppmerksomhet, initierer målrettet adferd og er avgjørende i preserveringen av selvet.

De tre overordnede selv-motiv som i størst grad har blitt anerkjent i litteraturen er:

- Selvverifikasjon: Vi søker å beskytte og opprettholde vår nåværende selvoppfatning.
- Selvopphøyelse: Vi søker å anskaffe og opprettholde en positiv vurdering av oss selv.
- Selvoppklaring: Vi søker meningsfull og korrekt kunnskap om oss selv for å ha en sann selvoppfatning (ibid., Sedikides, 1993).

De to første motivene kan sies å medvirke til at individet blir mindre påvirket av omverden. Den siste kan sies å medvirke til at individet blir mottakelig for påvirkning fra andre mennesker. Selv når andres oppfatning av en kan utfordre en persons eksisterende selvoppfatning, er det flere grunner for personen til å være mottakelig for informasjonen. Økt selvforståelse har mange positive implikasjoner, deriblant en rik, veldefinert og strukturelt sterk selvoppfatning. En klar selvoppfatning har vist seg å korrelere med høy selvfølelse (Campell et al, 1996, Campell, Assanandi & Paula, 2003, Osborne, 1993, Story, 2004), en følelse av kontinuitet og stabilitet i livet (Dennett, 1982, i Sedikides, 1993) og å etterlate et konsist og sosialt ønskeverdig inntrykk på andre (Harris & Snyder, 1986, i Sedikides, 1993). En slik sammensetting av motiver viser selvets behov for både å være både konserverende og fleksibelt i møtet med en skiftende omverden. Et individ med god livskvalitet antas å ha evnen og muligheten til å regulere forholdet mellom det å være mottakelig og permeabel for relevant informasjon om seg selv, samtidig som han beholder en noe rigid, positivt ladet selvoppfatning (Osborne, 1993).

Når noen erfarer kritisk medieomtale er det rimelig å anta at de får mange reaksjoner fra omverden på seg selv som person. Mye av informasjonen kan være vennlig og personlig givende, mye kan være tankevekkende, forvirrende eller sårende. Omtalte kan gjøre seg opp mange antakelser om hvordan andre oppfatter dem. Hvorvidt disse antakelsene resulterer i at selvoppfatningen til den som blir omtalt, utfordres eller endres, er avhengig av samspillet mellom den omtalte og de sosiale omgivelsene. En modell som beskriver denne prosessen er Reflected-Appraisal-modellen (Osborne, 1993):

1. Hvis en person mistenker at det er en diskrepans mellom hvordan han vil bli oppfattet av andre og hvordan andre oppfatter ham, vil personen først forsøke å få bekreftet eller avkreftet sin mistanke. På personplan vil personen utspille sin selvoppfatning i relasjonen med de andre gjennom ord og væremåte, for så å tolke motpartens reaksjon på dette utspillet. Ved medieomtale kan personen blant annet gjøre dette ovenfor pressen og betydningsfulle andre eller ved å tolke innholdet i et oppslaget/reportasjen.

2. Hvis personen konkluderer med at diskrepansen er reel, vil det motivere personen til å redusere diskrepansen. Dette kan gjøres med ulike typer selvpresentasjonsarbeid (Lee et al., 1998). Ved medieomtale vil dette for eksempel innebære å bruke selvpresentasjonsteknikker overfor presse og media, i tillegg til betydningsfulle andre. For personer som selv jobber i media, kan et slikt selvpresentasjonsarbeidet fremstå som ekstra viktig, da deres karriere avhenger av hvordan de blir oppfattet av sitt publikum.

3. Etter å ha forsøkt å endre inntrykket til motparten, vil personen gjøre en ny vurdering av diskrepansen. Hvis personen konkluderer med at selvpresentasjonsarbeidet reduserte diskrepansen, vil han forsøke å redusere diskrepansen ytterligere. Hvis konklusjonen er at diskrepansen ikke minker, vil dette motivere personen til å unngå den andre parten for ikke bli påminnet diskrepansen. Når noen erfarer kritisk medieomtale, kan man anta at det å unngå å bli påminnet medieomtalen vil være vanskelig på grunn av dens omfang. Dette kan gjøre en utsatt for stress.

4. Hvis diskrepansen er stor og personen ikke føler han får redusert den eller klarer å unngå å bli påminnet den, vil dette true innholdet og strukturen i personens selvoppfatning. Dette vil kunne lede til en følelse av fragmentering og lav selvfølelse (Osborne, 1993:45)<sup>3</sup>.

Reflected-Appraisal-modellen beskriver originalt samspillet mellom enkeltpersoner. Jeg tror det er mulig å bruke modellen på å forstå møtet mellom folk som opplever medieomtale og har forsøkt dette i min studie. Modellens vekt på kognitive prosesser, trinnvise vurderinger og håndteringsteknikker, viser en tydelig likhetstrekk med Lazarus og Folkmans (1984) stress og mestringsmodell. Selvpsykologiens syn på belastning som en frustrering av selvets

---

<sup>3</sup> Hvis motpartens oppfatning av den aktuelle personen originalt var feil og personen godtar og tilpasser seg den andres oppfatning av dem selv, har det skjedd en selvoppfyllende profeti (Swann, 1987).

forhandling om egen konsistens, stabilitet og predikabilitet i samspillet med andre, lar seg uproblematisk kombinere med Lazarus og Folkmans (1984) vide definisjon av ”stress” og ”mestring”. Dette gir et rimelig grunnlag for å sammenlikne funnene i min studie med de tre foregående hovedoppgavene (Andreasen, 2003, Gustafsson, 2003, Andreassen og Skålholt, 2003).

Som i Lazarus og Folkmans (1984) modell, er det også mulig å undersøke individuelle forskjeller i håndtering av kritisk medieomtale, med utgangspunkt i Reflected-Appraisal-modellen. Spesielt interessant virker forskjeller i en egenskap som kalles ”selv-monitorering” i selvpsykologilitteraturen (Snyder & Gangestad, 1986). Personer som er høy på egenskapen, selv-monitorering, antas å være særdeles sensitive for hvordan de fremstår for andre. De er dyktige på å observere, regulere og kontrollere sin ekspressive oppførsel og selvpresentasjon i samspill med andre. Personer som er lav på selv-monitorering, antas å verdsette en overensstemmelse mellom sine indre opplevelser og sin ytre fremtreden. De er lite motivert til å regulere sin selvpresentasjon i samspill med andre. (Osborne, 1993:150, Snyder & Gangestad, 1986:125)

## METODE

### Valg av forskningsspørsmål og utvalg

I min studie ønsket jeg å intervju fjernsynsprogramledere. Flere ting gjorde disse personene aktuelle som informanter i en studie av opplevelsen og håndteringen av kritisk medieomtale. Dette er mennesker som får mye medieoppmerksomhet omkring sin person, både på grunn av deres aktive yrkesutøvelse på fjernsyn, og i kraft av deres status som kjendiser. De er personer som jobber tett opp i mot journalister og andre former for media, i tillegg til TV. De er mennesker som selv aktivt har søkt seg til mediebildet og er motivert mot å være der, til forskjell fra mange andre som får medieomtale ut i fra enkeltstående hendelser.

Jeg ønsket å finne ut mer om de hadde utviklet vaner og bevisste teknikker som gjorde de motstandsdyktige mot belastning under kritisk medieomtale. Alternativt kunne det tenkes at de opplevde kritisk medieomtale som mer intenst fordi det var så tett knyttet til deres karriere og hverdag. Jeg ønsket også å intervju folk som jobbet fast på fjernsyn og var celebriteter fordi det var personer som ofte får medieomtale og som funnene i "I Offentlighetens Søkelys" kan være svært relevant for.

Følgende utvalgskriterier ble valgt:

Informantene skulle ha ledet mer enn ett program på riksdekkende TV.

De skulle være voksne personer, fra 30 til 55 år.

De skulle ha erfart både positiv og negativ vinklet medieomtale. Disse kriteriene ble valgt med den hensikt å gjøre utvalget rik på erfaring og for at de skulle ha hatt tid til å ha gjort seg opp refleksjoner om sitt yrke og sitt forhold til media.

De skulle også jobbe som programleder ved intervjutidspunkt. Dette for at deres yrkeserfaring skulle være friskt i minne.

For å finne informanter gjorde jeg en avisartikkelsøk i tre søkemotorer:

A-tekst.no, Journalisten.no og VG nett. Jeg søkte på navnet til omtrent femti programledere pluss ordet "kritikk". Jeg brukte medstudenter på prosjektet og hovedforsker aktivt til å hjelpe meg med å komme på navn på aktuelle programledere.

Jeg tok utgangspunkt i følgende forskningsspørsmål:

Hvordan opplever denne gruppa kritisk medieomtale?

Og hva opplever de som belastende i møtet med kritisk medieomtale?

Til sist, hvilke strategier bruker de i møtet med kritisk medieomtale?

Jeg var spesielt interessert i å utvikle en forståelse av hva det er ved fenomenet ”kritisk medieomtale” som gjør det til en belastning.

Jeg ønsket også å utvikle en forståelse av hvilke intrapersonlige ressurser som kan verne mot intens belastning under kritisk medieomtale og hvordan de gjør det.

### Begrepsopklaring

Ordet ”belastning” har blitt brukt som synonym til ”stress” i litteraturen og viser til opplevelsen av at noe kan tyngde eller byrde og være krevende (Weisæth, 1993). Det er også det begrepet jeg foretrakk å bruke under mine intervjuer og gjennom oppgaven. Jeg ønsket å ha et fenomenologisk nært intervju med informantene om deres subjektive opplevelser og assosiasjoner til omtalen, hvor ordet ”stress” ble et for snevert begrep fordi det i dag oftest knyttes til kroppslige forhold. ”Stress” har dessuten fått en utvannet betydning og brukes på svært tilfeldige måter; Man kan si at noe ”-er ett stress” eller si ”jeg er stressa” for å beskrive at en har dårlig tid.

Når jeg bruker ordet intensitet, ønsker jeg å si noe om hvor sterk og heftig deres opplevelse av omtalen hadde vært. Begrepet kan både brukes om styrken på deres belastning (stressopplevelse), men også om styrken på deres positive opplevelser.

Jeg dannet meg et inntrykk av deres opplevde intensitet på bakgrunn av intervjuguidens vedlegg og hvordan hver enkelt informant fremsto i intervjusituasjonen; Deres ansiktsuttrykk, tonefall og kroppsholdning. Det å oppgi å kun ha hatt negative følelsesopplevelser under omtalen forsto jeg som også å kommunisere noe om intensiteten på deres erfaring.

Lazarus og Folkmans originale konsept forstår jeg som ment å inneholde både et kvalitativt byrde-aspekt og et kvantitativt styrke-aspekt (1984).



## Valg av design

Til denne studien valgte jeg et kvalitativt design fordi fenomenet jeg ville studere var komplisert og sentrale variabler som "medieomtale" var vanskelig å manipulere.

I tillegg var fenomenet "medieomtale" lite studert fra før av, noe som gjorde at en eksplisitt forskningsprosess var på sin plass, for fremtidig replikasjon og ettersjekk (Corbin & Strauss, 1990). Jeg antok at det ville være en utfordring å rekruttere mitt utvalg, så jeg ønsket å velge et design som ga en stor mengde informasjon. (Corbin & Strauss, 1990, Hill, Thompson & Williams, 1997). Designet jeg valgte å bruke ble Grounded Theory (Glaser & Strauss, 1967).

Grounded Theory er en omfattende induktiv metode med foreskrevne regler for hvordan en forsker skal forholde seg til fenomenet som studeres, samle data, analysere data og evaluere data. Denne metoden for å utføre samfunnsvitenskaplig forskning har blitt utviklet i løpet av de siste 30 årene og anses som den mest omfattende metoden tilgjengelig for forskere som ønsker å gjøre kvalitativ forskning. I denne metoden står generering, validering og videreutvikling av samfunnsvitenskaplig teori sentralt. Målet er å produsere teorier fra data, for å forklare data (Haig, 1995).

Metoden ble utviklet som en reaksjon på hva Glaser og Strauss anså som Hypotetisk Deduktiv Metodes dominerende posisjon i forskning. I kritikken ble det sagt at hypotetisk deduktiv forskning hadde fått en for stor plass i vitenskap generelt, mens induktive metoder hadde blitt neglisjert og underminert. Videre kritiserte de hypotesetestende forskning for å ikke problematisere arbeidshypotesers opphav, noe de mente var avgjørende for å kvalitetssikre teorier. Som en kontrast til design basert på hypotetisk deduktiv metode er et sentralt aspekt ved Grounded Theory designet at forskningen starter med et bredt forskningsfokus som så utfordres, innsnevres og konkretiseres etter informasjonen i datamaterialet. Data analyseres gjennom foreskrevne kodingsprosedyrer. Først når resultatene av disse prosedyrene er klare, utvikler forskeren teorier gjennom sine deduktive tolkninger. På denne måten reduseres mengden teoretiske forrutantagelser som kunne ledet studien i feil retning.

## Valg av verktøy

I Grounded Theory designet har man muligheten til å bruke en rekke verktøy. Til min studie har jeg primært benyttet meg av en utforskende semistrukturert intervjuguide (Appendiks 3). Utviklingen av denne guiden var inspirert av Hill et al.s (1997) anbefalninger til Conceptual Qualitative Research.

Intervjuguiden ble gradvis utviklet i et studentfellesskap som hadde jevnlige møter og samtaler fra 2005 til i dag hvor vi ga hverandre tilbakemelding og konstruktiv kritikk på hverandres oppgavefokus, teoriforståelse og intervjuguide.

Guiden startet med et såkalt ”grand-tour” spørsmål (ibid.) som tillot informantene å fortelle om sin erfaring med kritisk medieomtale før de måtte svare på mer spesifikke spørsmål. Deretter ble informantene bedt om å velge og fortelle om ”en spesifikk gang de fikk kritisk medieomtale og opplevde det som en belastning”. Jeg fulgte opp dette med spørsmål om hva som kjennetegnet situasjonen de var i, hvordan de opplevde omtalen og hvilke følelser de knyttet til den, hva de gjorde for å komme seg igjennom episoden og relasjonen til andre under episoden. Det var et overordnet mål at intervju spørsmålene ble gjort skarpe nok til å gjøre intervjuet opplevelse og håndteringsfokusert, samt vide nok til å tillate informantene å svare fleksibelt og bryte med studiets fokusområder.

Intervjuguiden ble supplementert med et enkelt selvutfyllingsskjema med bakgrunnsinformasjon (Appendiks 6). Informantene ble også bedt om å fylle ut en grafisk fremstilling av sin opplevde belastning og livskvalitet, før, under og etter denne mediaerfaringen, på en 10 punktskala (Appendiks 5). Deres følelsesreaksjoner til medieomtalen ble også kartlagt med et eget skjema (Appendiks 4). Dette skjemaet var formålslagd for min studie, gjennom samtaler med Jon Monsen (våren 2005) og med utgangspunkt i hans affektbevissthetsskåringsskjema (Monsen, Eilertsen, Melgård og Ødegård, 1996). Konkret spurte jeg informantene om hvor passende elleve følelser var til å beskrive hva de hadde følt under episoden, på en 5 punktskala fra ”passer svært lite” til ”passer svært mye” før jeg ba dem om å utbrodere sitt svar.

## PROSEDYRE OG ANALYSE

### Forarbeide før intervju

Potensielle informanter ble sendt et informasjonsbrev om prosjektet via mail (Appendiks 1). Et par dager etter mailen kontaktet jeg dem på telefon og introduserte meg på ny. I løpet av denne samtalen svarte jeg på eventuelle spørsmål de hadde om prosjektet og hvordan intervjumaterialet ble anonymisert, før jeg spurte om de ville delta. Denne trinnvise kontakten anbefales av Hill et al. (1997) for at informantene skal få tid til å tenke tilbake på episoden for seg selv og ikke følte seg presset til å delta.

Å komme i kontakt med informantene var en utfordrende prosess som ofte innebar tidskrevende samtaler med managere og sentralbord. Av hensyn til informantenes anonymitet, valgte jeg å ikke oppgi noen annen forklaring på hvorfor jeg ville komme i kontakt med informantene enn at jeg utførte en hovedoppgavestudie på Universitetet i Oslo, noe som gjorde rekrutteringen utfordrende. De fleste jeg ønsket å intervju hadde i tillegg hemmelig telefonnummer og hadde forbeholdt seg mot å bli kontaktet av ukjente gjennom TV-kanalen de var tilknyttet.

Hele halvparten av de jeg kom i kontakt med, ønsket ikke å delta i studien. De fleste oppgav som grunn at de var involvert i tidskrevende prosjekter på jobben. Et fåtall oppga at de ikke ønsket å svare på mine spørsmål fordi de var bekymret for at sensitiv informasjon kunne nå pressen. Dette svarte de selv etter at jeg hadde informert dem om hvordan intervjumaterialet ble anonymisert og forsvarlig oppbevart.

## Intervju

Når informanter svarte ”ja” til å delta i studien, avtalte vi sted og dato for intervju.

For å styrke kvaliteten på intervjuene ble mange forhold lagt til rette for at informantene skulle føle seg komfortable og trygge nok til å snakke åpent og ærlig i møtet med meg. Selve intervjuene ble gjort der informantene foretrakk det. For fire var dette på jobben deres, for to var det hjemme hos dem, for én var det hjemme hos meg og for én var det på psykologisk institutt. Før vi startet ble anonymiseringen av intervjuet forklart på ny og de fikk muligheten til å stille flere spørsmål om prosjektet. Informantene ble også minnet på at jeg ikke var en journalist, men en student fra Blindern og at dette var et intervju *om* media, ikke *med* media. De ble forklart at de når som helst kunne trekke seg som informant fra studien og at de også i etterkant kunne kontakte meg dersom de ønsket at intervjumaterialet skulle slettes. Alle fikk vite at all intervjumateriale ville bli destruert 01.08.08. De ble bedt om å si i fra dersom de ønsket at vi skulle ta en pause under intervjuet.

Før vi startet selve intervjuet spurte jeg informantene om tillatelse til å ta opp intervjuet på bånd, noe alle tillot. De måtte så underskrive en samtykkeerklæring om at de hadde fått all informasjonen jeg nå har nevnt (Appendiks 2). De ble tilbudt et kopi av denne erklæringen.

Som intervjuer var min innstilling at intervjuet skulle være en samproduksjon. Jeg forsøkte å holde oppgavens problemstillinger friskt i minne, samtidig som jeg tok meg tid til å følge informantenes fortelling om deres erfaring med medieomtale når det brøt med mitt fokus. En stor utfordring var å ”glemme” Lazarus og Folkmans åtte mestringsstrategier (1988), så jeg ikke skulle forstå deres håndtering av medieomtalen gjennom forutinntatte holdninger.

Under intervjuet brukte jeg tid på å plassere følelsene i deres fortelling. Å holde fokuset en god stund på hvilke følelser informantene husket å ha hatt under den kritiske medieomtalen opplevde jeg at brakte informantene og meg mer på ”samme linje” og gjorde at det vi snakket om ble mer konkret og forståelig. Denne nærheten er et ønskelig mål i kvalitative intervjuer (Kvale, 1996). Det tydeliggjorde dessuten forskjeller mellom informantene i valøren og intensiteten på deres stressopplevelser som jeg ellers kunne ha kommet til å overse.

Etter intervjuet, svarte informantene på spørreskjemaene mens jeg ventet, eller de ettersendte dem til psykologisk institutt. Intervjuene varte som regel mellom 1,5 time og 2 timer. Intervjuene ble gjort i en toårsperiode mellom våren 2005 og våren 2007.

## **Etterarbeide etter intervju**

Intervjuene transkriberte jeg ved bruk av programmet Microsoft Word (standardprogram som følger med Windows). Jeg valgte å bruke dette programmet og ikke et formålsdesignet transkripsjonsprogram, fordi jeg har mye erfaring med Microsoft Word og programmets enkle funksjoner ikke distanserte meg fra datamaterialet. Når jeg transkriberte tok jeg meg tid til å notere lyder, som latter og tenkepauser, og avbrytelser, for å fange stemningen under intervjusituasjonen. Jeg gjorde nesten all transkripsjonsarbeidet alene. Dette var svært tidskrevende, men det ga meg samtidig en god oversikt over materialet og en gjentatt opplevelse av å tilbakevende til selve intervjuet igjen og igjen, noe som anses som verdifullt i kvalitativ forskning (Corbin & Strauss, 1990, Hill et al., 1997, Kvale 1996).

Dataanalysen står sentralt i Grounded Theory og gjøres kontinuerlig og samtidig med resten av arbeidet i studien. Analysen foregår på tre kodingsnivåer med stigende grad av abstraksjonsnivå og deduktiv tenkning. Klinisk skjønn og "common sense" er avgjørende på hvert trinn, men arbeidet på først lavere nivå og dertil høyere nivå, skal lede forskeren til å finne mønstre som allerede er i datamaterialet og ikke ignorere data som ikke passer (Corbin & Strauss, 1990).

"Koding" referer til det å bryte ned og rekonseptualisere data. Fenomener identifiseres og navngis som konsepter. Disse tolkningene av datamaterialet utgjør de grunnleggende enhetene for analysen.

"Åpen koding": På dette første nivået sammenliknes konsepter og grupperes sammen basert på likhet. Eksempler er "å snakke med en kollega" eller "å snakke med en venn".

"Kategoriell koding": På dette nivået grupperes konsepter sammen på et høyere nivå som kategorier med tilskrevne subkategorier. For eksempel kan det "å snakke med en kollega" og "å snakke med en venn", være subkategorier til kategorien "Sosial støtte".

"Selektiv koding": På dette nivået relateres kategorier til hverandre. Kategoriene integreres for å lage et teoretisk rammeverk som forklarer konstellasjonen av konseptene. Dette gjøres først innad i det enkelte kasus, deretter gjøres det mellom kasus i en kryssanalyse. På dette planet velges også en del konsepter vekk som uinteressante eller irrelevante for å forstå fenomenet (ibid, Pandit, 1996)

## Analysen i praksis

### Åpen koding:

1. Jeg lyttet i gjennom intervjuet for å få ett inntrykk av kvaliteten på samspillet og intervjuet.
2. Jeg transkriberte intervjuet.
4. Jeg leste igjennom transkripsjonen og noterte meg mentalt hvilke temaer som virket viktig for informantene å snakke om og hvilke temaer de snakket lite om.
5. Jeg brukte overstrykningspenner i ulike farger til å stryke over all tekst som ga inntrykk av å omhandle det samme generelle fenomenet. For eksempel handlinger, følelser, tanker, etc.
5. Jeg klippte ut og samlet hver tekst i bunker etter farge.

### Kategoriell koding:

6. Jeg gikk igjennom hver bunke og lette etter ord som kunne beskrive bunken samlet. For eksempel "Håndteringsbunken". Her forsøkte jeg bruke informantenes egne begreper i så stor grad det var mulig. Etterpå gikk jeg igjennom hver bunke og sjekket om den virket naturlig å dele opp videre i delbunker. For eksempel "samtaler med venner" og "samtaler med familie".
7. Jeg skrev så en kort oppsummering av hva som ble sagt i hver bunke på en papirlapp.
8. Papirlappene skrev jeg inn i et eget Word-dokument. Hver informant fikk således et eget "ark" som i korte trekk oppsummerte kategoriene og konseptene jeg lest inn i vårt intervju.

### Selektiv koding:

9. Arket fra det nyligste intervjuet ble så sammenliknet med arkene fra de foregående intervjuene. Slik ble det gjort en kontinuerlig kryssanalyse av informantene. Her ble det tydelig hvilke kategorier og konsepter som ble nevnt av mange eller få. Det ble også tydelig hvordan informantene skilte seg fra hverandre.
10. Jeg gikk tilbake til bunkene med originaltekst for å kartlegge og forstå likhetene og forskjellene mellom informantene bedre i detalj.
11. Deretter utbroderte jeg spørsmålene i intervjuguiden etter nyoppdagede kategorier og konsepter og hypoteser.
12. Og jeg omformulerte spørsmål som informantene ga knappe svar på eller som det virket som om de hadde vanskelig med å forstå.
13. Til slutt leste jeg i gjennom all teksten jeg ikke hadde ansett som interessant og ikke overstryket med farge. Jeg undersøkte om den inneholdt overraskende temaer eller gikk i mot min forståelse av et tema. Etter Hill et al.s (1997) anbefalninger, ble konsepter som kun ble nevnt av en informant gitt lite oppmerksomhet og antatt å ikke være representative.

Resultatet av denne analyseprosessen var 3 hovedkategorier; ”Forskjeller i belastning”, ”Kilder til belastning” og ”Strategier i møtet med media”. Hovedkategoriene hadde 14 underkategorier. Dette utgjorde studiens resultatdel og beskrev variasjon, likheter og forskjeller mellom informantene i opplevelse og håndtering av kritisk medieomtale. Jeg hadde også forsøkt å organisere min forståelse av datamaterialet og danne hypoteser omkring kategorien ”Forskjeller i belastning”. På bakgrunn av mine forskningsspørsmål, hadde jeg valgt denne kategorien som studiens røde tråd<sup>4</sup> som jeg så de andre kategoriene opp i mot. Disse resultatene og hypotesene tok jeg med meg i et avsluttende møte med en nøkkelinformant.

### Bruken av nøkkelinformant

Etter et av mine første intervjuer, spurte jeg en informant om ham kunne tenke seg å være nøkkelinformant i min studie. Jeg valgte å spørre denne informanten fordi han var både åpen, engasjert, reflektert og hadde lang erfaring medieerfaring. Jeg forklarte han at dette ville innebære at vi møtes til et nytt intervju ett år etter det første. Her ville han få kommentere resultatene fra min studie så langt, så ville vi diskutere mulige sammenhenger i funnene.

Dette andre møtet med ham foregikk slik at jeg i korte trekk leste opp hvilke kilder til belastning informantene hadde opplevd under medieomtalen og hvilke strategier de hadde møtt omtalen med. Han ble spurt om hvilke ting han kjente seg igjen i og bedt om å utbrodere hvordan han forsto disse tingene. Så beskrev jeg hvilke forskjeller i strategibruk som skilte dem som hadde opplevd kritisk medieomtale som en stor belastning, fra dem som hadde opplevd det som en middels belastning. Så ble han på ny spurt om hvordan han forsto disse funnene. Først etter at han hadde fått kommentert funnene i studien, fortalte jeg ham hvordan jeg trodde funnene hang sammen og hvilke funn som forvirret meg før vi diskuterte funnene.

Nøkkelinformantens refleksjoner og eksperterfaring som programleder, hadde stor betydning for hvordan jeg forsto funnene i min studie. Det andre intervjuet med ham ga studien et verdifullt dybdeperspektiv og gjorde at jeg valgte å gi hans uttalelser en betydelig plass i oppgavens drøftingsdel. En gjennomlesning av intervjumaterialet viste at han ikke hadde en påfallende bekreftende stil og ikke var redd for å korrigere meg om han var uenig i min

---

<sup>4</sup> ”Kjerne-kategori”; Strauss & Corbin (1990:14)

forståelse. Å bruke en informant til å ettersjekke og kommentere studien gir i hva Hill et al. (1997) kaller vitnesbyrdsvaliditet og øker den interne og ytre påliteligheten til studien.

### **Etiske utfordringer**

Alle informantene i denne studien var ressurssterke, frivillige voksne mennesker som ble grundig informert om prosjektet før de underskrev samtykkeerklæring. For å sette meg inn i deres karriere og liv benyttet jeg meg av internett og avisartikler. Dette innebar ikke direkte personobservasjon og følgelig ingen direkte krenkelse av deres privatliv.

En hovedutfordring under skrivingen av denne oppgaven har vært å ivareta informantenes anonymitet. Norge er et lite land og det er et begrenset antall programledere. Siden dette er personer som allerede har vært eksponert i media, vil det alltid være en risiko for gjenkjennelse. Jeg har gjort flere grep for å minimalisere risikoen for at dette skulle skje. Informantene er anonymisert og gitt pseudonymer. Forhold omkring medieomtalen, som hvilket år de fikk omtale, hvilke medier som sto for omtalen, hvor i landet og på hvilket tidspunkt intervjuet ble gjennomført og liknende detaljer som kan røpe deres identitet har blitt utelatt i oppgaven. Disse opplysningene er også utelatt fra transkripsjonsmaterialet. Informantenes alder, jobberfaringer fra media og tid i yrket oppgis kun i grove trekk.

Informasjonen nøkkelinformanten fikk opplest ved vårt andre intervju var kort og konsis og inneholdt ingen informasjon som gjorde at han kunne identifiserte de andre informantene. Jeg beskrev dessuten informantene gruppevis, som for eksempel ”De kasus som hadde opplevd medieomtalen som en liten belastning, etc” og jeg var svært sparsomlig i bruken av sitater.

Studien er godkjent av Regional Etisk Komitee som en del av doktorgradsprosjektet ”I Offentlighetens Søkelys”, og er registrert i Norsk Samfunnsvitenskaplig Datatjeneste.



## **RESULTATER**

### **En kort presentasjon av informantene**

Informantene til min studie var erfarne og ressurssterke, norske programledere og celebriteter. De var alle i jobb, hadde et sterkt nettverk av venner og familie de kunne stole på og satt på en stor mengde erfaring om media, kritisk medieomtale og journalistikk. Alle informantene hadde hatt vært programleder i mer enn ett tv-show, og to av informantene hadde vært programleder for ”mange” programmer. I tillegg til å være programleder hadde seks av de åtte informantene jobbet som journalist. Alle informantene hadde jobbet i mer enn ett medieformat i tillegg til fjernsyn, enten i avis, radio eller film. Alle informantene unntatt én, hadde jobbet i media i over 10 år, fire av informantene hadde jobbet i media i over 15 år. Det var gått mer enn 5 år siden første gang de var programledere og mer enn 10 år siden fire av informantene første gang var programledere.

Samlet hadde gruppen godt over 100 år med erfaring fra å jobbe i media og i underkant av 100 år med programledererfaring. Deres erfaring viste seg under våre intervjuer ved at alle hadde gjort seg opp en del meninger om betydningen av egen yrkesrolle, hvordan mennesker i media jobber og hva som er ønskelig og uønskelig journalistikk og medieomtale.

I delene som følger, vil jeg gå igjennom og drøfte funnene i undersøkelsen. Intervjumaterialet er stort og i gjennomgangen er det særlig tre fokusområder som jeg vil forsøke å belyse; Det første er opplevelsen av kritisk medieomtale, det andre er kilder til belastning under omtalen og det tredje er håndtering av omtalen. Forskjeller og likheter innen hvert område vil bli utforsket og mulige sammenhenger mellom temaene vil bli drøftet.

### **Forskjeller i grad av belastning**

Informantene ble bedt om å beskrive en episode med kritisk medieomtale som de hadde opplevd som belastende. De ble bedt om å fortelle hvordan omtalen hadde påvirket dem og hva de hadde gjort for å håndtere omtalen. Denne omtaleepisoden utgjorde hovedfokuset gjennom mesteparten av vårt intervju. Etter hvert intervju forsøkte jeg å danne meg en forståelse av hvordan hver informant hadde opplevd sin omtaleepisode, på bakgrunn av hva de svarte på intervjuguiden, dens vedlegg og mine observasjoner under intervjuet.

Jeg dannet meg et samlet inntrykk av hvor intenst belastende hver enkelt hadde hatt det på bakgrunn av -beskrivelser og illustrasjoner av bevegelse i opplevd livskvalitet under episoden, -beskrivelser av opplevd total belastning på en skala fra svært belastende til svært lite belastende, -spørsmål om hva de mente det å få omtalen kunne sammenliknes med, -spørsmål om hvilke følelser de synes passet best for å beskrive hva de hadde følt under episoden og oppgitt styrke på disse følelsene, -spontane følelsesutsagn -og tilstedeværelsen eller fraværet av kroppslige symptomer.

Under intervjuet lyttet jeg til både innholdet og formen på informantenes beskrivelser. Noen av informantene fortalte at selv om beskrivelsene deres kunne høres ut som en stor påkjenning, så var det en sannhet med modifikasjoner. Utsagn av denne typen tilla jeg mye vekt i min tolkning av hvor intens deres stressopplevelse hadde vært, både av respekt for informantenes selvforståelse, men spesielt tatt i betraktning at denne informasjonen ble fremhevet i et intervju med hvor mitt hovedfokus var på belastning og de negative sidene ved det å få medieomtale.

Jeg fant at informantene kunne grupperes i tre grupper hvor intenst belastende de hadde opplevd sin omtale. De ble plassert i gruppe basert på mitt helhetsinntrykk. Grupperingen passet i stor grad Lazarus og Folkmans (1984) styrkesgradering av stressopplevelser; som hvorvidt personen vurderer situasjon-krav forholdet som ubetydelig/utfordrende/truende. De som hadde opplevd sin omtalepisode som en svært intens belastning, beskrev den som overveldende og truende på flere plan. De som hadde erfart sin episode som en middels til høy belastning, beskrev omtalen som utfordrende, men overkommelig. Unntaket var Brutus, som jeg vurderte å høre hjemme i denne gruppa selv om han hadde opplevd sin omtalepisode som en trussel mot karrieren. De som samlet sett knyttet lite intensitet til episoden, anså omtalen som av liten betydning for dem selv. Unntaket til dette var Severin som jeg plasserte her, selv om han hadde opplevd sin omtalepisode som en karrieremessig utfordring.

Under presenterer jeg kriteriene for hver gruppe. Deretter gir jeg en kort introduksjon av hver informants omtalepisode og en detaljert beskrivelse av hvordan jeg forsto deres stressopplevelse. Jeg siterer dem på hva de sammenliknet omtaleepisoden med, fordi jeg synes det på en god måte formidler hvor variert informantene opplevde sin omtale.

### Lav belastning

Informantene i denne gruppa beskrev omtaleepisoden som middels eller under middels belastende på belastningsskalaen. De oppga at livskvaliteten under episoden hadde variert lite og knyttet ingen fysiske symptomer til episoden. De sammenliknet omtalen med hendelser som fremsto som lite intense og ga uttrykk for at omtalen var noe som kom og gikk uten at den var av stor betydning for dem selv. De kunne bruke sterke følelsesuttrykk for å beskrive episoden, men virket generelt nøkterne og distanserte i sine beskrivelser. Jeg plasserte Henriette, Felix og Severin i denne gruppa.

### *Henriette*

Henriette var i slutten av tredveårene. Hun hadde jobbet i media i over 10 år og hadde jobbet i en rekke medieformat.

Henriette valgte å fortelle om en episode hvor hun hadde fått forsideoppslag i en riksdekkende avis. I oppslaget diskuterte og kritiserte journalister programmet hun ledet og anklaget Henriette for å gjøre skade på sin arbeidsplass og deler av journalistikken. Omtalen fokuserte både på hennes personlige karakter og medarbeidernes. Henriette opplevde episoden som lite belastende og bestående kun av ”små kvanta med belastning”. En 2`er på en skala fra 1 til 10. Hennes livskvalitet hadde vært svært god både før og under hele episoden, samt ved intervju. Den hadde ikke påført henne noe fall i livskvalitet. Selv om omtalen til tider hadde ”irritert” henne og gjort henne ”forbanna”, var den ”ikke en sentral del av hennes liv” og ikke noe som gjorde at hun ”gadd å bruke tid til tilsvær”. Omtalen hadde allikevel gjort henne svært interessert, noe hun hadde til felles med resten av informantene. Henriette knyttet interessen til faktafeilene i oppslaget og at de røpet at det var hennes kollegaer som hadde ”lekket” til pressen.

Da vi møttes til intervju var det mer enn et år siden episoden. Henriette uttrykte episoden hadde vært til bry, men fordi den var på fem oppslag eller færre og strakk seg over en kortere periode på noen dager, hadde den vært av for liten størrelse og betydning til den involverte henne noe særlig.

Spurt om hva hun synes episoden kunne sammenliknes med, svarte Henriette at det kunne minne om baksnakking.

Det er litt som baksnakking da. Det er noe ekkelt, som om noen snakker om deg eller mener noe som du selv ikke har kontroll over... Du får høre at noen har snakket om deg, lissom. At det har foregått en analyse av deg et annet sted der du skulle vært til stede. Du kommer inn i et rom også blir det helt stille; ”Hysj, der kommer hun!”

- Henriette

### *Felix*

Felix var i slutten av tredveårene. Han hadde jobbet i media i over 10 år.

Felix valgte å fortelle om en episode som tok utgangspunkt i en hendelse som skjedde på fritiden og som ikke var relatert til jobben som programleder. På grunn av hans kjendisstatus fikk han allikevel nære et helsidig oppslag i lokalavisen. I oppslaget ble det brukt et flere år gammelt bilde som Felix mente var overdimensjonert og brukt for å vinkle oppslaget på en uredelig måte. Felix beskrev episoden som ”ikke så belastende”, en liten mengde oppslag som han rangerte som en 1`er på en skala fra 1 til 10. Livskvaliteten hadde dog hatt et lite fall i en kortere periode under omtalen, men ellers var den god før, under og etter oppslaget. Han vektla allikevel at han hadde reagert på omtalen med ”rask, ordentlig sinne, bitterhet og faenskap”, men dette knyttet han til at han allerede på forhånd av omtalen følte mye ”selvmedlidenhet” på grunn av andre omstendigheter. Andre følelser han hadde hatt følt mye på under omtalen var ”sinne” og ”avsky”. Han knyttet disse til at han følte seg ”personlig tråkket på” av journalister. Han hadde også skammet seg på grunn av at oppslaget hadde preget et ungt familiemedlem.

Da jeg møtte Felix til intervju var det under et år siden episoden. Han ga inntrykket av å ha vært igjennom en episode som hadde brydd han og involvert han følelsesmessig i en periode. Samtidig kommuniserte han at han anså saken som liten og ubetydelig og han hadde vært svært lite aktiv i forfølge saken. Episoden var på 5 oppslag eller færre. Omtalen strakk seg over en kortere periode, på noen dager. Han synes det var umulig å sammenlikne medieomtalen med noe annet.

### *Severin*

Severin var den yngste av informantene og den av informantene som hadde jobbet kortest tid i media. Til gjengjeld hadde han jobbet i mange medieformater.

Severin valgte å fortelle om en episode hvor han hadde fått forside og dobbeltsidig oppslag i en riksdekkende avis etter uttalelser han gjorde i et program han ledet. I oppslaget diskuterte en gruppe journalister om han egnet seg som programleder og det ble gjort usmigrende sammenlikninger av han med andre personer i media. Severin beskrev den kritiske omtalen som middels belastende. En 5`er på en skala fra 1 til 10. Han beskrev å ha hatt litt lav livskvalitet før omtalen, som sank noe underveis, før den regulerte seg igjen ved episodeslutt. Han opplevde omtalen som en karrieremessig utfordring som han måtte ordne opp i og han opplevde den som ”sårende” fordi han synes den var personlig. Han fortalte at omtalen til tider hadde vært ”kjiip” og ”intens”. Selv om omtalen hadde fremstått som intenst for han der og da, fortalte han at han ikke hadde vært bekymret eller tenkt på oppslaget i ettertid og at han ikke ville at jeg skulle forstå det som at han hadde opplevd episoden som belastende. Han fortalte at han først og fremst forbandt det å være i media som et privilegium heller enn belastning. Uten denne presiseringen ville jeg plassert han i gruppa ”middels-stor belastning”.

Severins omtale var fra tidlig i hans karriere og den dreide seg om mellom 11 og 20 oppslag. Severin uttrykte å ha vært igjennom en episode med kritisk medieomtale som hadde fått han til å reflektere over karrieren og gitt han behov for å trekke seg tilbake for å samle seg i den kortere perioden på noen dager, som omtalen varte. Utover det fortalte han at oppslaget ikke hadde vært spesielt alvorlig for han i ettertid.

Severin mente det å få kritisk medieomtale kunne sammenliknes med å være i et involverende forhold, noe som må ses i lys av at vi hadde pratet om forhold tidligere.

Det kan sammenliknes litt med et kjæresteforhold... At du legger.. Karrieremessig legger du hodet på blokka for offentligheten, for å bli vurdert på lik måte som om du involverer deg emosjonelt i et annet menneske og kan bli såret på andre siden lissom, at det er risikoen.. Så jeg tror det blir det nærmeste. For jeg tror at begge deler føles jævlig viktig.

- Severin

### Middels til høy belastning

Disse informantene beskrev sin episode som over middels belastende til en stor belastning på belastningsskalaen. De rapporterte tydelige variasjoner i sin livskvalitet under episoden. De kunne sammenlikne omtalen med hendelser som kommuniserte ubehag og at episoden hadde vært intens. De kunne beskrive flere utfordringer ved omtalen, samtidig som de uttrykte å ha vært fornøyd med sin egen innsats. Når de beskrev hva som hadde vært belastende ved episoden, fremsto de som involverte og ivrige etter å fortelle. Deres opplevelse av episoden var variert, ikke ensidig negativt. De skilte seg på en slående måte fra de andre informantene ved at de knyttet ”hengivenhet” og ”glede” til episoden. Jeg plasserte Arvid, Brutus og Gustav i denne gruppen.

#### *Arvid*

Arvid var i førtiårene. Han var en av informantene som hadde jobbet mer enn 15 år i media og hadde over 10 år med programledererfaring. Arvid hadde ledet mange TV-programmer og svarte ”ja” til å være nøkkelinformant i min studie.

Arvid valgte å fortelle om en episode hvor han hadde fått førsteside oppslag og dobbeltsidig oppslag i en riksdekkende avis. I oppslaget fikk han kritikk for sitt program og egenskaper som programleder. Oppslaget var en av flere i en rekke oppslag hvor både formen på programmet han ledet og hans personlige karakter og kompetanse som programleder var i fokus. Arvid beskrev episoden som noe over middels belastende, en 6`er på en skala fra 1 til 10. Han hadde hatt høy livskvalitet før episoden, som sank noe ved episodestart og underveis under omtalen, men som tok seg opp igjen ved episodeslutt. Selv senket, var livskvaliteten god.

På den ene siden beskrev Arvid at omtalen ”ikke var så dramatisk for han”. Han fortalte at det var ”et element av spenning” i omtalen og at det ga han energi og satte han i ”krigermodus”. På den andre siden fortalte Arvid at omtalen gikk inn på han på flere måter; at han opplevde å bli ”jævlige irritert”, ”frustrert” og ”såret” av urettferdig omtale. Han hadde til tider mistet ”den store roen” og følte seg ukonsentrert under sitt program. Han fortalte også at omtalen resulterte i perioder med tvil om arbeidslyst og usikkerhet om hva som egentlig var fakta.

Han hadde følt mange ulike følelser under omtalen. Han hadde vært veldig sint og også følt mye overlegenhet ovenfor journalister som hadde behandlet ham urettferdig. Han hadde også

følt mye tristhet, som han knyttet til sin sviktende arbeidslyst. Samtidig hadde han følt sterke positive følelser som glede og hengivenhet. Gleden forbandt han til ”spillet” med media og hengivenhet hadde han følt ovenfor sin familie.

Da vi møttes til intervju var det en måned siden episoden han valgte å fortelle om startet. Episoden inngikk i en rekke oppslag som hadde startet tidligere og som sto ferskt i Arvids minne. Episoden var hittil på mellom 21 og 50 oppslag. Arvid opplevde at omtalen fremdeles var aktuell. Den hadde frustrert ham og tappet ham for energi, men den var en overkommelig utfordring, ikke minst fordi han følte seg flink til å håndtere mediebildet.

Arvid sammenliknet den kritiske omtalen med å ha ”fyllenerver” etter en kveld med tung drikking.

Jeg har så lyst til å...(ler) På fylla! Har gjort et eller annet dumt, og våkner og har sånne fyllenerver og noen ringer og sier ”Herregud, hva var det som skjedde med deg i går?” Fordi du føler hele tiden at, selv om du har retten på din side, så lurar du jo alltid på ”Er det noe de ser som ikke jeg ser”, skjønner du? Du stiller jo deg litt spørsmålet også? Så du får... Det er den andre siden av det, du får også et behov for at familie og venner skal ringe og si ”Herregud, hva er det de driver med?” Du kjenner også det behovet, for sikrere er ingen av oss enn at vi også... Jeg er ikke så jævla selvsikker!  
- Arvid

### *Gustav*

Gustav var den eldste av informantene. Han var også den av informantene som hadde jobbet lengst i media og den som hadde den lengste erfaringen som programleder, med mer enn 15 år i media og over 10 år som programleder.

Gustav fortalte om en episode hvor han hadde fått førstesideoppslag i en riksdekkende avis, og en lang rekke påfølgende oppslag i ulike aviser der hans personlige karakter og kompetanse som programleder var i fokus. Oppslaget tok utgangspunkt i en sak som engasjerte Gustav personlig og opptok mye av hans tid og oppmerksomhet. Saken var kommet i fokus i offentlige debattprogrammer, hvor han hadde deltatt. Denne perioden med en betydelig mengde oppslag, beskrev han som litt over middels belastende. En 6`er på en skala fra 1 til 10. Gustav beskrev å ha hatt god livskvalitet før omtalen, som holdt seg høy ved episodestart før den deretter svingte kraftig fra svært god til svært dårlig livskvalitet under episoden, før livskvaliteten regulerte seg som god ved episodeslutt.

Gustav fortalte at han ikke lenger tok kritisk medieomtale ”så alvorlig” som da han var yngre og at han ikke synes medieomtale generelt var en belastning. I stedet kunne den oppleves som ”litt gøy” fordi han likte at det ”blåste litt”. Samtidig beskrev han denne episoden som en ”sjelsettende ting i livet” og fortalte hvordan medieomtalen hadde ”sugd” han inn og hvordan han hadde blitt ”manisk, litt euforisk og halvgal”. Under omtalen hadde matlysten hans vært redusert, søvnen dårlig og han hadde hatt en ”høy adrenalinproduksjon”. Han kunne fremdeles tenke på saken ganske ofte.

Omtalen hadde gjort han veldig interessert i hvordan han fremsto. Han hadde følt mye sinne og blitt ”irritert” og ”dritforbanna” på journalister som behandlet han urettferdig og etterlot han med en følelse av å ha blitt ”overkjørt”. Samtidig hadde han følt mye glede og hengivenhet under omtalen. Glede knyttet han til all støtten han fikk under omtalen fra de nærmeste.

Da vi møttes til intervju var det flere år siden episoden. Episoden var på mellom 51 og 100 oppslag og den hadde strukket seg over flere måneder. Omtalen var fremdeles aktuell i dag, men i mindre grad. Jeg satt igjen med inntrykket av at episoden hadde vært emosjonelt, fysisk og mentalt involverende for Gustav. Til tider hadde den etterlatt han svært krenket. Samtidig beskrev Gustav at han hadde ”følt seg sterk” og at han hadde klart å ”stå oppreist”, så han hadde opplevde det som en overkommelig utfordring.

Gustav synes det å få kritisk medieomtale kunne sammenliknes med å være i en bilulykke:

... Det er vel litt sånn bilkræsje liksom og å komme levende ut av det. (...) Ja, at du... Du treffer en møtende trailer og ting blir jo oppskaket veldig fort, men til syvende og sist spaserer du ganske uskadd ut av vraket ditt (ler). Du husker det! Du glemmer det ikke.

- Gustav

### *Brutus*

Brutus var i slutten av tredveårene. Han hadde jobbet i media i over 15 år og vært programleder i mer enn 5 år. Han hadde jobbet i mange medieformater.

Brutus valgte å fortelle om en episode hvor han hadde fått førsteside oppslag og dobbeltsidig oppslag i riksdekkende aviser. Oppslaget tok utgangspunkt i en hendelse som skjedde i



forbindelse med en annen jobb enn jobben som programleder. På grunn av innholdet var omtalen fortettet og skapte diskusjoner. Hans personlige kompetanse og karakter ble diskutert i offentlige debattprogrammer, hvor han hadde deltatt. Episoden rangerte han som en middels til stor belastning. En 7 eller 8 på en skala fra 1 til 10. Han beskrev å ha hatt høy livskvalitet før episoden, som sank jevnt fra episodestart til å bli dårlig livskvalitet underveis og forble dårlig ved episodeslutt, men som var veldig god i dag.

Omtalen hadde hatt store konsekvenser for hans karriere hvor han følte at "alt bare løsnet" i en kortere periode. Han hadde havnet i en slåsskamp under omtalen, noe som fikk han til å lure på om han kanskje kunne ha blitt litt mer "hissigere" mens den pågikk. Når han først fikk omtalen hadde han følt seg som en "nobody" og han hadde hatt det "skikkelig vanskelig", "vondt" og "jævlig" i noen måneder etter. Under intervjuet fortalte han at han kunne se tilbake på episoden som morsom og ofte lo av den. Han presiserte også at han synes kritisk medieomtale var "tålelig" og at han ofte hadde søkt den ut om den tjente hans formål som programleder. Uten denne presiseringen ville jeg plassert han i gruppa "stor belastning".

Brutus hadde vært veldig sint under episoden. Han hadde følt mye skyld ovenfor sin mor som ble preget av omtalen. Ovenfor journalistene hadde han følt mye avsky og overlegenhet. Overlegenheten beskrev han at hjalp han å fjerne seg litt fra omtalen.

Da vi møttes til intervju var det flere år siden episoden. Episoden var fra tidlig i karrieren og den dreide seg om mellom 6 og 10 oppslag og hadde strukket seg over en kortere periode, på noen uker. Brutus ga et samlet inntrykk av å ha opplevd en omtaleepisode som han hadde opplevd som vond og som innebar store omjusteringer i hans arbeidsliv, men som han i løpet av halvåret etterpå hadde ryddet opp i. Episoden fremsto i ettertid for han som en god historie og positiv mestringsopplevelse som han kom styrket ut av.

Brutus sammenliknet å få denne medieomtalen med å bli mobbet på barneskolen.

Det kan kanskje sammenliknes med hvis du er i en skoleklassesituasjon og hele skoleklassen går mot deg.. Du er liten... Og du føler at du er helt alene. Jeg ble ikke mobbet så mye, men noen ganger ble jeg ertet da, men helt sunt for jeg skjønnte at man må tåle det. Jeg kunne fort blitt et mobbeoffer, men så tenkte jeg at det her må jeg bare tåle. Men jeg husker at jeg var veldig lei meg akkurat i den situasjonen.

- Brutus

### Høy belastning

To av informantene beskrev sin episode som en høy belastning på belastningsskalaen og oppga et tydelig fall i livskvalitet under episoden. De sammenliknet omtalen med scenarioer som kommuniserte ubehag og alvor. De uttrykte at episoden hadde gjort varige inntrykk på dem som nærmest kun var negative, noe som preget mesteparten av deres fortelling og fortellerstil. De fortalte om å ha blitt aktivt involvert under episoden. Når de beskrev hva de hadde opplevd som belastende ved omtalen vekslet de mellom å være opprørte og sinte, og beveget og trist. De oppgav, som de eneste blant informantene, at de ”redsel” var en veldig passende følelse å forbinde med episoden. De ga et samlet inntrykk av at episoden hadde vært overveldende fordi uansett hvordan de hadde prøvd å håndtere den, strakk ikke deres kompetanse og ressurser til. Jeg plasserte Lydia og William i denne gruppa.

### *Lydia*

Lydia var i slutten av tredveårene. Hun hadde jobbet i media i over 10 år og vært programleder i mer enn 5 år. Hun hadde jobbet i flere medieformater.

Lydia valgte å fortelle om en episode hvor hun hadde fått forsideoppslag og dobbeltsidige oppslag i riksdekkende aviser etter uttalelser hun hadde gjort i forbindelse med sin jobb. I oppslaget drøftet og kritiserte journalister Lydias programlederevner og anklaget Lydia for å gjøre skade på sin arbeidsplass. Omtalen var fortettet, med stort press fra journalister for å få kommentarer. Hennes personlige karakter og kompetanse ble også diskutert i offentlige debattprogrammer.

Lydia var ikke glad i medieomtale og intervjuer og fortalte at hun egentlig ikke ønsket å være kjendis. Hun fortalte at hun ble ”flau og brydd” av journalister og hadde ”prestasjonsangst” under intervjuer. Medieomtalen hun valgte å fortelle om uttrykte hun som svært belastende; En 10`er på en skala fra 1 til 10. Hun beskrev det som ”utrolig tøft, i negativ forstand”, som å gå ”fra himmel til helvete” og som ”noe av det mest ubehagelige hun hadde opplevd i hele sitt liv”. Lydia beskrev svært god livskvalitet før omtalen. Denne sank svært mye ved episodestart til å bli svært dårlig og forble det underveis, men bedret seg mot episodeslutt.

Lydia hadde først reagert på omtalen med å ta til motmæle i media, men når ”saken tok sitt eget liv”, hadde hun isolert seg. Hun fortalte at omtalen hadde fått henne til å tvile på sine egne evner og at hun var glad for at hun hadde opplevd kritisk medieomtale før og blitt noe

”herdet”, for hvis dette hadde vært hennes første medieomtale ville det ”ikke gått så bra”. Det siste tolket jeg som at hun opplevde omtalen som en trussel mot sitt velvære.

Lydia hadde følt mange ulike følelser under episoden. Omtalen hadde vært svært interessant fordi hun opplevde at sin jobb sto på spill. Hun hadde følt veldig mye sinne, forakt og avsky som hun knyttet til det å bli ”urettferdig behandlet” av journalister som gjorde omtalen ”feil og stor”. Hun følte overlegenhet i forhold til en sentral kritiker. Hun hadde også følt veldig mye skyld for å ha vært den som satte omtalen i gang med sine uttalelser og redsel for å ikke ”tilfredsstille” i intervjuer. Hun hadde også følt mye tristhet.

Da vi møttes til intervju var det flere år siden episoden. Episoden var på mellom 21 og 50 oppslag og den hadde strukket seg over flere måneder. Lydia opplevde at omtalen fremdeles ble referert til med jevne mellomrom. Mitt samlede inntrykk av Lydia var at omtalen hadde vært vanskelig og slitsom for henne, samt gjort henne veldig sint og krenket underveis. I dag var omtalen kommet på avstand, men å snakke om den brakte lett til live følelsen av å bli urettferdig behandlet. Hun hadde opplevd omtalen som truende både for sin jobb og relasjonen til sine kollegaer. Hun angret på flere av måtene hun hadde møtt media på, noe jeg ble nysgjerrig på.

Å få denne kritiske medieomtalen sammenliknet hun med å være utsatt for en ulykke og bli brakt til sykehus i alle hast.

Ja, men det er jo litt traumatisk! Du får en sånn ”Herregud!” og det er en sånn du får i ambulansen da sikkert i det sekundet du tenker ”Hva skjer nå?” og det er masse leger som står over deg og maser og tjaser og du tenker ”Faen heller, hvordan kommer dette til å gå?” Men så får du resultatet av prøvene ganske fort og da er det en lege som kommer inn, det var da (navn på kollega) i mitt tilfelle, som sier ”Slapp av, dette går bra, dette har mange opplevd før deg, men du må nok være her en stund.” Litt sånn er det.

- Lydia

### *William*

William var i førtiårene. Han hadde jobbet i media i over 15 år og vært programleder i mer enn 10 år.

William valgte å fortelle om en episode hvor han hadde fått førstesideoppslag i en riksdekkende avis, samt flere oppslag i lokalavis. Omtalen var fortettet, med stort press fra

journalister om å få kommentarer. Oppslaget tok utgangspunkt i programmet William ledet og dets form. Oppslagene omhandlet senere også hans personlige karakter og kompetanse, som ble ivrig diskutert i offentlige debattprogrammer, hvor han hadde deltatt. Han rangerte episoden som middels til høyt belastende; En 7 til 8 på en skala fra 1 til 10. Han hadde hatt meget god livskvalitet før omtalen, som fremdeles var god ved episodestart, men som sank svært mye underveis og ble svært dårlig. Livskvaliteten forble dårlig til episodeslutt og var fremdeles litt dårlig når vi møttes til intervju.

Under intervjuet opplevde jeg William som svært opprørt og krenket av omtalen som startet omtrent et halvt år tidligere og som fremdeles opptok han. Ord han brukte til å beskrive episoden var ”jævlige frustrerende” og ”håpløst” og at omtalen ”rakk ned på alt han sto for”. Han hadde reagert på omtalen med aktiv jobbing opp i mot kritikerne i media og holdt fans oppdatert på nettet. Det virket som om arbeidet krevde mye av hans tid og krefter og det fikk meg til å lure på om han var delaktig i å opprettholde mediepresset.

Når omtalen hadde vært på sitt verste fortalte han at han hadde ”stiv av skrekk” hver gang telefonen ringte, at han ikke turte gå ut og unngikk folk fordi all oppmerksomhet minnet om den negative oppmerksomhetene i media. Han fortalte også at han kunne misforstå folks gode intensjoner når de snakket til han på gata, at han ”tolket alt feil” og kunne tvile på fakta han visste stemte. Han opplevde også å være ”plaget med nervene”, ha blitt ”syk i kroppen”, ligget mye på ryggen, hadde vondt i magen, var uvel og manglet matlyst. På natten kunne han oppleve å våkne kaldsvettende av bekymrende tenkning.

Under intervjuet uttalte William at han kunne forstå at folk tok livet av seg på grunn av medieomtalen omfang. Han fortalte med overbevisende stemmeleie at det heller ikke skulle så mye til før han selv ”gikk ut i skogen og blåste huet av seg”. Dette knyttet han til at media ”brøt ned hans selvtillitt til seg selv”. Han hadde følt veldig mye redsel under episoden som han knyttet til bekymring om sine barn, sin familie og folks reaksjoner. Han hadde også følt mye tristhet.

Da vi møttes til intervju var det flere måneder siden episoden startet, men omtalen var ennå ikke over og opptok William mye. Episoden var så langt på mellom 21 og 50 oppslag og fremdeles aktuell for han. William ga i løpet av intervjuet et samlet inntrykk av å være i

slutten av en meget vanskelig prosess som hadde krevd mye av han og som hadde vært svært ubehagelig. Omtalen hadde vært en trussel for både hans ”integritet”, karriere og familie.

William synes medieomtalen han hadde opplevd kunne sammenliknes med å bli overfalt.

Jeg skal tippe at du ser sånne filmer hvor det kommer karer i mørket og angriper jenter på gata. Det blir så voldsomt at du (gisper)... Du forsvarer deg ikke heller, for du er så sjokkert at du aner ikke hva du skal gjøre... Så hvis du ikke hadde vært redd, så ”Sånn! Sånn ja, spark der, slå der!”, ikke sant, men du er det. Det er sånn som når katta tar musa (lager kvelingslyd); hun er ferdig hun. For hun er så skremt. Hun klarer ikke å tenke klart lenger.

- William

### Fokus på forskjeller

Informantene viste en stor variasjon i bevegelse i opplevd livskvalitet under episoden og hvor betydningsfull de opplevde omtalen i etterkant. I samsvar med variasjonen i opplevd belastning, ble det å få den kritiske omtalen sammenliknet med alt fra milde ubehagelige scenarioer, som baksnakking, til sterke beskrivelser om å bli overfalt eller utsatt for en ulykke. Det var en stor variasjon mellom informantene i hvor intenst belastende de hadde opplevd episodene de fortalte meg om. Seks av informantene fortalte om omtaleepisoder som de hadde erfart som middels til høyt belastende. To av informantene valgte å fortelle om episoder som de beskrev som lite belastende. Dette vide spekteret av forskjeller i opplevd intensitet og belastning under kritisk medieomtale, fanger opp noe av kompleksiteten i hvordan omtale kan oppleves, selv av ressurssterke og erfarne programledere.

Det var også en vid spredning i gruppa i hvilke følelser de forbandt med episoden.

”Interesse”, ”sinne” og ”overlegenhet” var følelser flesteparten oppgav som de mest passende. Følelser som få synes passet var ”hengivenhet” og ”glede”. Hva hver enkelt forbandt følelsen med, varierte, men samlet ga de inntrykket av at sinnes- og avsky reaksjoner var knyttet til journalistens bruk av vinkling og virkemidler og fremstillingen i omtalen. Spesielt mange uttrykte at omtaleepisoden hadde vært svært krenkende. Typiske uttalelser var at den kritiske omtalen etterlot dem med en følelse av å være ”urettferdig behandlet”, ”tråkket på”, ”overkjørt” og at omtalen var ”urimelig stor”.

Fordi jeg i min studie ønsket å kartlegge kritisk medieomtale som belastning, vil jeg i resten av oppgaven gi ulik vekt til informasjon fra ulike informanter. Jeg har valgt å fokusere på og fremheve forskjellene mellom de av informantene som beskrev sin episode som en middels-stor belastning og overkommelig utfordring, med de som beskrev sin episode som en stor belastning og truende. Forskjeller mellom disse to gruppene, i oppgitte belastningsfaktorer og ressurser under episoden, tenkes å kunne si noe om kritisk medieomtale som belastning og hensiktsmessige/uhensiktsmessige måter å møte kritisk medieomtale på.

Det virker også som at disse to gruppene har godt grunnlag for å sammenliknes. Disse fem informantene hadde det til felles at de beskrev episodene med omtale som over middels belastende, omtalen hadde gjort et tydelig inntrykk på dem og beveget dem til å reflektere og handle på den. Episodene deres gikk over omtrent like lang tid og (med unntak av Gustav) mengden oppslag var også omtrent like stor. Materialet fra disse intervjuene var i tillegg det rikeste. Om vi ser på oppgitte kilder til belastning er det et stort overlapp mellom disse samlet, og spesielt mellom Arvid og William.

De som opplevde omtaleepisoden som en lav belastning beskrev å ha blitt lite preget av omtalen og lite motivert til å handle på den. Jeg tolker dette dit hen at episoden ikke var viktig nok til å kreve deres tid og ressurser, men at den ble fortalt fordi den eksemplifiserte på en god måte hva de synes var belastende ved medieomtale generelt. I dette ligger det at omtalen ikke opplevdes som det Lazarus og Folkman (1984) ville kalle ”stress” og at omtalen heller ikke igangsatte ”mestring” i informantene. Derfor var min konklusjon at jeg ikke vurderer informasjonen fra disse intervjuene som like aktuelle for mitt fokus på medieomtale som belastning.

Som en kontrast til mitt fokus, står funnene om at over omtrent halvparten av informantene jeg intervjuet, ikke beskrev sine erfaringer med kritisk medieomtale som en høy belastning. I stedet tok de initiativet til å presisere at kritisk medieomtale var noe de generelt opplevde som utfordrende, men overkommelig og tålelig eller som lite belastende. De ville at fokuset under intervjuet skulle være på deres positive erfaringer med å håndtere kritisk medieomtale, ikke at deres opplevelser skulle patologiseres. Storparten av informantene virket gode til å håndtere kritisk medieomtale på en belastningsdempende måte. Oppgavens overordnede fokus står i fare for å skjule dette.

## **Kilder til belastning**

Informantene ble bedt om å beskrive en episode med medieomtale som de hadde opplevd som belastende og forklare hva det var ved episoden som gjorde den belastende. Svarene viste en stor bredde i kilder til belastning under kritisk omtale. Alle fortalte at belastningen hadde vært flersidig. Det var relativt stor spredning i hva hver informant opplevde som det mest belastende ved det å få omtale, men det var et stort overlapp i belastningskilder for gruppen som helhet. De fleste faktorene ble nevnt av mer enn halvparten av informantene.

Fellestrekkene og variasjonen i gruppen kan samles under fire overskrifter; ”Fremstilling”, ”Medvirkning”, ”Arbeidsforhold” og ”Betydningsfulle andre”. Hvert av disse temaene er igjen faseterte.

### Fremstilling

Den mest konsistente begrunnelsen for opplevd belastning under kritisk medieomtale var innholdet og formen til det ferdige medieproduktet. Hvordan de selv ble fremstilt som person og programleder i avis, TV eller nettet fremsto som et gjennomgående tema i så å si alles fortelling om hva som var belastende ved omtaleepisoden. Temaet kom fort på banen og ble raskt utbrodert av informantene. ”Hvordan er det de viser meg frem?” virket som et spørsmål alle informantene hadde stilt seg selv under omtalen. Det virket svært viktig at mediebildet skulle

Det var flere sider ved fremstillingen som opplevdes som belastende av informantene. Alle fortalte at de opplevde at medieproduktet var innholdsmessig feil. De mente dette skyldes at omtalen ikke var utført profesjonelt og nøytralt, men subjektivt og kommersielt vinklet. De opplevde journalistene som ”forutinntatte” og ”motivert av en agenda” og at de arbeidet ”uredelig” med den intensjon om å ”vinkle”, ”spisse en historie” eller ”lage skandale”. Virkemidler de hadde opplevd at journalistene brukte for å oppnå denne vinklingen var feilsiteringer og faktafeil, ta sitater ut av sammenheng, benytte seg av enkildejournalistikk, ikke ettersjekke fakta med informantene og bryte avtaler om bruken av informasjon.

En annen side ved fremstillingen som ble beskrevet som belastende var at de i media ble presentert for en figur av dem selv som var veldig forenklet. Mange fortalte at de mente denne figuren var skapt av journalistene med intensjonen at informantene skulle fremstå som ensidige, være ”karikerte”, ”passe inn i en bås” eller fremstå som ”usympatiske”. På

innholdsplan ble medieproduktet da oppfattet som ”forvrengt” og informantene ga uttrykk for at de følte seg fremmedgjort ovenfor hvordan de ble fremstilt. Det å bli gjort til figur ble beskrevet som noe som skilte seg fra rene faktafeil.

Informantene uttrykte å også se den ”vinklede” og den ”figurerende” journalistikken på formen til oppslaget/innslaget; antall sider og forsider tatt i bruk, en økende bruk av mediemenere som ”medieforskere” og ”bloggere” som virkemiddel, bruk av ”følelsesladede begreper” og selektivt billedbruk.

### *Vinkling og faktafeil*

Det er noe med at sannheten, uansett hvor jævlig den er – så er den ikke ille nok for pressen.

- Felix

Arvid, William, Felix, Gustav og Lydia beskrev journalistenes vinkling som en kilde til belastning. Opplevelsen av forutinntatthet, intensjonell utelatelse av fakta og manglende ettersjekk av fakta ble beskrevet som ”frustrerende” og ”irriterende” og ble av Felix, Lydia og Henriette knyttet til sinne og avsky de hadde følt under omtalen.

Jeg har opplevd pressen som uredelig. Det gjelder både positive og negative omtaler. De er ikke så veldig opptatt av å formidle til folk hvordan det er, de er mer opptatt av å fremstille sånn som de tror folk vil ha det.

- Felix

Og de kjørte den kommentaren om igjen og om igjen og redigerte den så det endte opp med at den så jo veldig mye styggere ut.

- Lydia

De henviser ikke til noen i det hele tatt, de bare bruker det rått. Det er det som skjer i dag... Det står jo i reglene våre at du har like stort ansvar (for å ettersjekke fakta) hvis jeg skriver det av deg, men jeg har aldri opplevd om noen har sjekket noe som helst; ”For du sjekker ikke en skandalesak!” Da kan du ikke bruke den da... sånn er det det foregår.

- William

Arvid og William, som var to av informantene med lengst erfaring fra å jobbe i media, uttrykte indignasjon og irritasjon over det de anså som ”uredelig” journalistikk og en journalistikk som blir mer kynisk. Beskrivelser av media som ”hensynsløst” og et ”maskineri” ble gitt. Arvid anså manglende etterrettelighet som en av de mest belastende sidene ved å få kritisk medieomtale.



Jeg er ganske faglig engasjert, i journalistikk og i det vi driver med, og det nivået av etterrettelighet som kritikken ligger på, det irriterer meg så jævlig, at de slipper igjennom med en sånn akademisk ferniss.

- Arvid

For du går rundt og tror at du originalt skulle gjøre noe godt med gjerningen din. At du skulle fortelle sannheten, men så oppdager du etter hvert at det er jo ikke det. Det handler om å selge mest mulig og å snu på sannheten, bare det selger. Vi vrir på ting og ødelegger ting og styrer. (...) Det var dette som jeg en gang var opptatt av å være del av, å bli kalt journalist. Det er ikke rart vi ligger på bunn. Vi er mer opptatt av det å selge, vi har glemt det vi holder på med og hva som er vitsen med at vi er journalister. Nå handler det om å overleve og å sjukkere og være verst mulig.

- William

### *Figurering*

En blir plassert i sånne båser, som gjør det vanskelig å komme med ord om det en egentlig har på hjertet eller bli tatt alvorlig med det en har på hjertet.

- Gustav

Å bli presentert for en selv i media som en forenklet figur som en ikke kjenner igjen, ble oppgitt som en kilde til belastning av halvparten av informantene. Gustav og Arvid fortalte at dette som den mest belastende siden ved den aktuelle episoden. Det å bli fremstilt som en figur, var også noe som de følte gjorde det vanskeligere å bli lyttet til om de tok til motmæle mot feilfremstillingen.

De har ett etterrettelighetsnivå som vi aldri, jeg gjentar, aldri ville kunne tåle hos oss... Det er helt ekstremt! Og dette er det mest frustrerende i dette her; "Det er ikke dèt (som presenteres) som er den personlige meg og sånn!?"

- Arvid

Det var tydeligvis et litt journalistisk prosjekt å gjøre meg lite sympatisk og mindre politisk korrekt og spiselig enn det jeg gjerne ville fremstå som. (...) Så dette med å systematisk bli gjort dum og til en litt gal ekstremist. Det synes jeg var... veldig ubehagelig. Samtidig som jeg var med i en del debatter, så jeg kom til ordet også, men... Jeg opplevde at deler av media var ute etter å stemple meg og gi meg en karikaturrolle.

- Gustav

De beskylder deg for meninger og dem tilegner deg ting som du ikke kan stå for! Hvis du fra hele din oppvekst har lært deg at du skal være ærlig, så oppdager du plutselig at de sier at du er den mest kyniske løgneren som finnes, så kan du jo prøve det og tenke på hvordan det føles for deg. Og det som står der er jo helt feil.

- William

Henriette fortalte om å bli beskrevet og diskutert i det aktuelle oppslaget som å representere en kvinnetype.

### *Bildebruk*

At bilder og oppslag om informantene som regel ble store og fikk hva Gustav kalte ”kjendisproposjoner” var noe de fleste informantene var inneforstått med. Alle episodene informantene valgte å fortelle om innebar et helsidesoppslag på forside og/eller inni avisen. Allikevel ble størrelsesforhold på omtalen vektlagt av relativt få av informantene for å forklare opplevd belastning. Lydia og Felix derimot oppgav billedbruken var det mest belastende ved å få kritisk omtale. Lydia knyttet belastningen til selve størrelsen på billedbruken, mens Felix knyttet det i tillegg til bildets kommunikative verdi.

(...), men jeg synes det å holde dem unna var utrolig slitsomt og jeg synes det å være på forsiden var utrolig slitsomt. Det var bare: ”Faen! Var dette virkelig nødvendig? Var det så lite saker i dag? selger dere virkelig så lite aviser i dag at dere er nødt til å kline dette utover forsiden?”

- Lydia

Det ble skrevet om det i (avisnavn), som er en lokalavis – de brukte nesten en hel side – med et tabloid bilde fra et intervju de hadde gjort 4 år tidligere. Hvor jeg er litt sånn... tankereise, ser ganske deprimert ut. Og det bruker de da. Og for meg så ble det en voldsom reaksjon fordi at det så ut som jeg hadde drept noen... Og jeg reagerte voldsomt på det bildet og ringte redaktøren, og lurte på om dette er en lokalavis verdig. (...) Jeg synes det bildet var belastende – for det fortalte meg noe helt annet en det som var saken.

- Felix

### Medvirkning

De var ute etter å lage historier og det er man helt hjelpsløs i forhold til.

- Gustav

Av episodene informantene valgte å fortelle om, var det kun Gustav som selv hadde oppsøkt journalister og invitert til medieomtale. For de andre kom omtalen uventet på og var uønsket. Spurt om hvor mye kontroll de opplevde å ha over medieomtalen under den aktuelle episoden, svarte Severin, Henriette, Lydia, William, Arvid og Brutus at de samlet sett hadde lite til ingen kontroll. Brutus oppgav kontrollmangel som en stor del av belastningen. Mangelen på mulighet til å påvirke medieomtalen var flersidig. William og Gustav beskrev at de hadde hatt varierende kontroll over møtet med journalister og fotografer, Brutus, at han

hadde hatt veldig lite kontroll over dette. Severin, William og Brutus beskrev å ha hatt lite kontroll over teksten i oppslaget. Gustav beskrev å ha hatt kontroll over teksten, fordi han krevde å få lese sitt bidrag nøye før trykk. Ingen beskrev å ha hatt noen kontroll over billedbruken i oppslaget.

Jeg hadde jo ingen kontroll. De skrev jo hva de ville, på en måte. Jeg hadde ikke noen mulighet til å kontrollere det. Jeg fikk jo uttale meg selvfølgelig. (...) Alt annet. hva de skrev, hvordan de tolka, hvem andre de valgte å snakke med, hvilke konklusjoner de dro, ingen ting.

- Severin

Du kjenner deg ikke igjen i det hele tatt. Ja-ja.. Du kjenner igjen det at de kun er ute etter å lage skandale! Det er det. Om det er sant, det spiller ikke noen rolle. Da lar vi noen andre si det, så får du komme med to linjer på slutt som ingen ser.

- William

Jeg fikk veldig mye støtte og, men det var sånn at ting kom veldig ut av kontroll og levde sitt eget liv i media. Deler av media bestemte meg for at jeg spilte den og den rollen og hadde de og de motivene. Da var det ikke mulig og rokke ved det.

- Gustav

### Arbeidsforhold

En annen hyppig nevnt begrunnelse for opplevd belastning under kritisk medieomtale, var forhold knyttet til nåtidig eller tidligere arbeidsplass. Dette inkluderte bekymring for tap av karriere, opplevd "forræderi" av tidligere arbeidsgivere og kollegaer, samt savn av støtte fra egen arbeidsgiver og kollegaer. Disse temaene var gjennomgående i så og si alles fortelling om hva som var belastende ved kritisk medieomtale.

### *Bekymring for karriere*

Ja og det var bauskudd. Ikke fikk jeg være med på TV. Ikke mer det her og ikke mer det her. Totalt utelatt. Alt gikk på tryne.

- Brutus

I overkant av halvparten av informantene oppgav bekymring for karrieren som en kilde til belastning under den aktuelle episoden. Fordi informantenes yrkesliv var avhengig av at de fremsto på en bestemt måte i media, ble bekymring for karrieren ofte knyttet til måten de ble fremstilt. Dette var spesielt en bekymring hos Lydia, Gustav og William, mens Severin og Brutus, la mer vekt på at medieomtalen kom på et sårbart tidspunkt tidlig i karrieren deres.

Man er veldig kritisk og sårbar fordi det er så mange som skal mene noe og du er så avhengig av at de liker deg for at du skal jobbe overhodet. Så det er den redselen, nesten for å bli oppdaget som uverdig, om du vil.

- Lydia

Integriteten din og ærligheten din (står på spill)! Det er hele deg det. For meg er det så viktig det der med at jeg er skikkelig. For troverdigheten min har jeg brukt hele karrieren min, hele livet mitt på!

- William

Jobben min sto helt åpenbart på spill her... Jobben sto på spill. Men det gjelder noe med omdømme og; Hvis det fester seg et bilde om at du er en sånn PR-kåt klovn, så er det noe en har veldig lite lyst til å være i folks bevissthet.

- Gustav

### *Tidligere arbeidsgivere og kollegaer*

Halvparten av informantene oppgav at måten de ble behandlet av tidligere arbeidsgivere eller nåværende kollegaer som en belastning under den aktuelle episoden. Lydia og William fortalte at de hadde følt "lojalitet" ovenfor sine tidligere arbeidsgivere og at dette motiverte dem til å uttale seg ovenfor disse arbeidsgiverne i den aktuelle saken, med det resultatet at de følte seg sviktet. Arvid og Henriette fortalte at kollegaer fra deres daværende arbeidsplass hadde snakket med pressen om dem. Henriette oppgav dette det mest belastende ved episoden.

Og da snakker jeg med (navn på TV-kanal) som jeg jobbet med på dette tidspunktet og jeg ser på de som kollegier og regner med å få en allright behandling av kollegaer. Så jeg uttaler meg med glimt i øyet. (...) og de stakk mikrofonen opp i ansiktet mitt og jeg ville egentlig ikke si noe, men jeg hadde en lojalitet til (navn på TV-kanal).

- Lydia

Så er jeg så dum at jeg stiller opp for (navn på avis) for jeg tror ikke at mine tidligere kollegaer vil meg noe vondt, drite meg ut, eller noe sånt. Så oppdager jeg at "Jo! Vi ser ikke på deg på samme måten som du ser på oss, vi! Det viktigste for oss er å selge. Og hvordan du føler eller du har det, det er uinteressant.

- William

Det mest belastende var at det kom fra en person i (navn på TV-kanal) og i (navn på avis), som er mine to hjemsteder (...) Det er sårende at det er der jeg skal få det fra. Og det følte jeg på, særlig etter hvert som telefonene kom. Fler og fler.

- Arvid

Men det som gikk... Det som festet seg og som jeg husker der er at de har mye faktatull her, men den faktaen må de ha fått fra noen intern i huset, også er jeg helt

relativt sikker på hvem de har snakket med. Og da blir det litt sånn; ”Uff.” Da blir det ordentlig klamt da, tenker jeg.

- Henriette

### *Oppfølging fra arbeidsgiver og kollegaer*

I overkant av halvparten av informantene oppgav at de savnet støtte fra daværende arbeidsgivere og/eller daværende kollegaer under den aktuelle episoden. Brutus, Severin og Gustav fortalte at de spesielt savnet offentlig støtte fra sine overordnede i kanalen hvor de jobbet. William fortalte at han savnet støtte fra redaksjon og medarbeidere.

De TV-programmene som har vært angrepet, de har vært helt annerledes; (navn på TV-kanal) i ryggen, (navn på arbeidsgiver) bak meg, så det har vært lett sånn men allikevel alene. Det er når (navn på TV-kanal) har skjøvet meg ut, samtidig som at medieomtalen har vært hard, det er da det har vært verst, (...)

- Brutus

Jeg tenkte at jeg tåler å tryne en gang her og lære av det, men det var en personlig negativ omtale, hvor jeg også følte at jeg var alene til tider. Og det gikk jo inn på meg.

- Severin

Man tenker jo så masse i løpet av en sånn episode. Noen ganger tenker en ”Er jeg blitt helt gærn?”, særlig når en føler at en er alene om ting. Også var det litt dobbelt; for jeg fikk jeg så mye støtte utenifra, men så lite innenfra. (...) Det var jo en interessant erfaring; At arbeidsgivere eller kollegier kom som nikodemuser i natten og ga meg støtte i det skjulte.

- Gustav

Jeg følte meg alene. Vi var et team når vi lagde det, men jeg må reise meg opp og ta (kritikken) imot.

- William

### Betydningsfulle andre

En siste begrunnelse for opplevd belastning under kritisk medieomtale, var knyttet til menneskene som omgikk informantene under omtalen. Det kom til uttrykk på to måter, at informantene opplevde eller bekymret seg for effekten omtalen hadde på betydningsfulle andre, eller at de opplevde andres sympati og involvering under omtalen som belastende.

### *Medfølelse for andre*

Halvparten av informantene hadde opplevd at omtalen hadde gått ut over nær familie eller kjente og oppgav dette som en belastning under den aktuelle episoden. Mødre, daværende partner, søsken, nevøer og venner, kunne være rammet. William fortalte at det også kunne være belastende når deltakere i hans program ble omtalt. Disse erfaringene ble uttrykt som ”såre” og vonde, og står følelsesmessig i kontrast til belastningskildene ”Medvirkning” og ”Fremstilling” som ble uttrykt som frustrerende og sinnefremkallende.

Det var det med mammaen min. Alt som skadet henne, var det verste, og da gjaldt det både ”skam”, ”moral” og at jeg i det hele tatt kunne rote meg inn i en sånn situasjon. Jeg burde jo vært smartere enn det, og det visste hun at jeg egentlig var også. Så satt jeg der med skjegget i postkassa. Ovenfor moren min. Det er der jeg føler det verste å gjøre mot noen, er hva jeg gjør ovenfor moren min. (...) Så den følelsen av at du har sviktet de litt da.

- Brutus

Så kommer du i det artige programmene med artige kommentarer og alt mulig sånt og så får jo ungene dine alt det der da, ramlende oppå seg, ting som bare er basert på piss fra a til å.

- William

Ja, det var en ganske belastende, spesielt fordi det gikk ut over ekskona min også, for det var formuleringer der som hun følte ramma henne. Og det ramma ungene mine og litt forskjellig.

- Gustav

Vennene mine var påvirket. De synes det var veldig dumt da... De synes det ikke var noe sjakktrekk, men de lo jo. De er jo akkurat som meg, så de kunne jo le av det lissom. Men det var jo veldig sårt på en måte, så... Det var jo ...Vanskelig.

- Brutus

### *Andres medfølelse*

Arvid, Henriette og Lydia oppgav også venners medfølelse som en belastning under episoden. Dette uttrykte Lydia og Henriette at hang sammen med at de ikke ble forstått, Arvid og Henriette beskrev at venners medfølelse ble en belastning fordi det bevisstgjorde dem om omfanget av omtalen.

De synes dette var helt fabelaktig! Så jeg tror de aldri skjønnte helt hvor ubehagelig det var å være der.

- Lydia

Venner og bekjente og sånn. Som er bare vennlige, de ringer for å være hyggelige, men det sier noe om hvor stor slagkraftighet det har hatt og det sier meg noe om at barna mine kommer og lurer og sånne ting, det at det blir... Og sånne ting.. Altså ikke hvor stort det blir for meg, men hvor stort det blir for verden.. Det er nesten viktigere. For jeg... Jeg kan egentlig gi faen. Jeg er ganske god til det.

- Arvid

Også sitter jeg sammen med en venninne som forventer at jeg blir helt ødelagt av det som står der... Og det blir jeg ikke! (...) Og i den grad en blir forfengelig på det, så får en litt sånn ”Det som står her er ikke sant. Hvem er det som leser dette? Hva tenker de da? Hvem er det som ikke ser igjennom teksten og kommer til konklusjonen om at her er det masse rare slutninger og hvem er det som tar det her som god fisk.?” Det gjør du jo en analyse av!

- Henriette

Alle informantene merket det på sine sosiale omgivelser når de fikk omtale. Folk begynte å oppføre seg annerledes. Betydningsfulle andres medfølelse bare var ett av flere uttrykk for dette. Storparten av informantene uttrykte at de anså medias evne til å gjøre et inntrykk på familie, publikum og kollegaer, som stor.

Folk er veldig involvert. Media har en utrolig posisjon fordi det er noe som folk ser på hele tiden. Jeg tror TV-tittingen i Norge er stor. Og også når det gjelder ukeblader og radio og sånn. Folk føler seg oppdatert da.

- Felix

Det er vel at media har en sånn autoritativ kraft at når noe står på trykt, selv om de fleste oppegående mennesker vet at det kan være tilfeldigheter og at pressen kan vinkle det sånn og sånn. Når det står å trykk så har det sin virkning uavhengig av om det er korrekt gjengitt eller ikke og... Det er det som får folk til å reagere.

- Gustav

Man vet jo at (navn på politikere) og mennesker er sammensatte og har gode og dårlige egenskaper. Alt er ikke bare svart! Allikevel så er det akkurat som om de fleste mennesker, så og si, går på det i en slags massepsykose; at en aksepterer det fordi media sier at sånn er det. Fordi media sier det. Og det å gå rundt og leve med en følelse av at alle mener en er en idiot eller psykopat. Det er klart at du blir påvirket av det!

- Brutus

## **Hvordan forstå kritisk medieomtale som belastning?**

Det varierte hvor mange belastningskilder hver informanten oppga. De som hadde opplevd episoden som en lav belastning skilte seg fra de øvrige ved at de oppga færre kilder til belastning. De som hadde opplevd den som en middels-stor belastning, oppga et par færre kilder til belastning enn de som opplevde den som en stor belastning. Det var ingen enkelte belastningsfaktorer som tydelig skilte Lydia og William fra de øvrige, men det kan generelt virke som om disse to informantene beskrev ”Vinkling og faktafeil” og ”Tidligere arbeidsgivere og kollegaer”, mer konsekvent som kilder til belastning.

I forståelsen av hva det er ved fenomenet ”kritisk medieomtale” som gjør det til en belastning, ga jeg belastningskilden ”Fremstilling” en sentral plass. Denne kilden til belastning ble nevnt av nesten alle informantene og ble knyttet til både ”Medvirkning” og ”Bekymring for karriere”. ”Fremstilling” er også den belastningskilden som ble mest utbrodert av Arvid i vårt oppfølgingsintervju og han trakk i tillegg kausale linjer fra ”Fremstilling” til de andre belastningskategoriene; ”Medvirkning”, ”Signifikante andre” og noen grad ”Arbeidsforhold”.

### Fremstilling

I møter med media hadde informantene opplevd å bli presentert på en måte som opplevdes løgnaktig og fabrikkert. Spekulativ bruk av feilsiteringer og lav etterrettelighet hadde resultert i en fremmedgjørende mediefigur som de opplevde at det var utenfor deres makt å ta kontroll over. Hele erfaringen bar preg av å være en krenkelse mot deres person. Måten de hadde blitt presentert på ble opplevd som uredelig og knyttet til sterke sinnes- og avsky reaksjoner av informantene.

Intensiteten i informantenes opplevelser forstår jeg som at omtaleepisoden handlet om noe mer alvorlig enn ”det å bli fremstilt feil”, per se. Deres beskrivelser kunne også forstås som en fortelling om et ”angrep” på noe grunnleggende personlig hos informantene; noe de selv hadde et eierforhold til. I oppfølgingsintervjuet med Arvid, tematiserte han det at mennesker kan ha et personlig eierforhold til informasjon som angår dem selv. Jeg forstår hans uttalelser dit hen at bruk av faktafeil i media, i verste fall kan oppleves som et ”identitetstyveri”.

Intervjuer: - Du sa ”annektering av eiendom”. Legger jeg ord i munnen din hvis jeg spør om det media gjør, er at de annekterer din eiendomsfølelse til din egen selvforståelse?



Arvid: - Ja, den setningen kan du jobbe litt mer med, men jeg er helt enig med deg i det du sier. Jeg er helt enig med deg i at det de egentlig annekterer er mine fakta. Er mine private og... Eller ikke private, det er ikke så viktig at det er privat, men at det er meg! Og de annekterer på en måte meg! Og de gjør hva de vil med meg. Det er den følelsen du får. Og det er ikke greit.... Det er hva jeg tror skjer.

Arvid vektla spesielt pressens vinkling og faktafeil som en betydningsfull kilde til belastning under kritisk medieomtale.

Intervjuer: - Er det noen av de belastningsfaktorene som du tror vil påvirke de fleste, generelt, mer enn annet?

Arvid: - Ja, det tror jeg. Jeg tror at faktafeil vil påvirke de fleste.

I: - Hvorfor det?

A: - Fordi det er håndfast, det er "hard evidence". Det er en følelse av urettferdighet av urimelighet, som er helt beviselig. Så man blir sinna av det.

I: - Hvorfor blir det så krenkende eller så urettferdig? Kan man ikke bare gi blanke?

A: - Nei. Fakta er kapital! Fakta er en verdi som du eier. Det er.. En har sannheter om seg selv, ikke sant, som er på en måte historien om seg selv... I det den skal ut i media, så låner man jo den bort. Man har et slags eierskap til fakta om en selv og når den skal ut, og da skal man ut og stille seg ut, egentlig, og eksponere seg og noen andre skal få lov til å bestemme lyssettingen lissom. Det er klart at det er ekstremt viktig da, at i hvertfall fakta er fakta. Så kan alt som går på journalistens betraktning eller holdning være så. Det kan en ikke kontrollere i den grad, men det oppleves som brudd på spilleregler hvis det står faktiske feil.

Arvid fortsetter med å fortelle at han tror de fleste vil føle overbærenhet for journalisters subjektive vinkling, men at de krysser en grense ved faktafabrikking.

Bruken av bilder ble beskrevet av flere som noe som ga omtalen en ekstra dimensjon av intensitet. Selv om bildebruk ikke samvarierte med opplevd intensitet, hadde det blitt nevnt som noe av det mest belastende ved omtalen av to av informantene og nesten alle episodene hadde vært forsideoppslag. Arvid mente dette måtte ses i sammenheng med at programledernes yrke avhenger av hvordan de tar seg ut i media. Derfor kunne intensiteten på en kritisk artikkel være liten for ham, bare bildet var smigrende.

Arvid: - Bare det der valget av stygge bilder av folk, som trykkes opp i hundretusener eksemplarer, er vondt altså. Det tror jeg. Du må huske at dette er mange mennesker, skuespillere, programledere som lever av måten de ser ut på, måten de fremstår på. Det er så klart at det er en veldig viktig del av det da.

(...) Du må huske hvor mye av dette som dreier seg over forfenglighet. En må ikke... Det er så lett å bli uærlig på det. Men et pent bilde kan gjøre utrolig mye for å veie opp. Og lindre voldsomt.

## Medvirkning

I sine møter med media hadde informantene opplevd å ha liten påvirkningsevne på hvordan de ble fremstilt. De fortalte å ha følt varierende til lite personlig kontroll over møter med journalister, tekst, fotografer og bildebruk. *De så sitt eget ansikt i medieoppslagene, men teksten som fulgte med bildet, var ikke deres egen.*

Lav personlig følelse av kontroll og lite tro på at egen oppførsel vil ha innvirkning på omgivelsene, har tradisjonelt blitt ansett som en korrelat til fysiske symptomer og intensitet under stress (Seligmann, 1975, i Stroebe, 2000). Fenomenet kalles ”lært hjelpesløshet” og kan være et resultat av en langvarig, utilfredsstillende mestringsprosess (Ibid). Allikevel virket det ikke som at lav følelse av evne til påvirkning var et utskillingsmoment i mitt utvalg, mellom de som opplevde omtaleepisoden som overkommelig og de som opplevde den som overveldende. Dette kan både skyldes at det varierte hvor lenge siden det var at informantene hadde opplevd sin belastende medieomtale eller at kategorien ”Medvirkning” ikke ble dypt nok kartlagt og utforsket. Jeg kommer tilbake til dette temaet i mine avsluttende refleksjoner.

At programlederne fant det belastende å ikke kunne styre hvordan de fremsto i media, forstås lettest i forhold til deres yrke. Utvalget var avhengig av media som kanal for å kommunisere med sitt publikum. Samtidig kan lav medvirkning som belastningskilde være mer komplisert enn at den bare handler om karrieremessige hensyn. Den kan også handle om en følelse av å bli fratatt sin bestemmelsesrett over hvordan de fremsto også i andre sosiale samspill. Dette virker logisk tatt i betraktning medieomtalsens vide påvirkning på familie, venner, kollegaer og ukjente.

I vårt oppfølgingsintervju knytter Arvid spesielt det at journalister fabrikkerer fakta og tolker uttalelser og oppførsel på et fritt grunnlag, til en følelse av lav medvirkning. Han beskriver dette som å bli gjort umyndig av media.

Intervjuer: - Hva er det ved det som skjer når en låner ut fakta og når ens egen fakta blir utfordret?

Arvid: - Jeg tror at hvis de lager sin egen fakta, så føler man... Total, total tap av kontroll... Da føler man at man blir umyndiggjort av media. Og det er en følelse som jeg nok har kjent på ganske ofte.... For eksempel den historien i (navn på magasin) forrige uke. Det er en følelse av å bli totalt umyndiggjort.

I: - Kan jeg spørre hva man taper kontroll over?

A: - Sin egen historie... Sin egen person, på en måte. Jeg kan ikke forklare det på noen bedre måte enn at en blir umyndiggjort!? De aller fleste voksne mennesker får lov til å ha en viss sånn... Ja, for eksempel de aller fleste mennesker, voksne mennesker, vet at det de sier og gjør, må de stå ansvarlig for. Men om det du sier og gjør blir tolket helt fritt videre, så kan du ikke ta det ansvaret lenger!?

### Betydningsfulle andre

Ved kritisk medieomtale hadde omtalen et bredt nedslagsfelt og satt sitt preg på flere enn den omtalte. Informantene hadde på flere måter opplevd at også nær familie, venner og barn var blitt påvirket av omtalen. Dette kunne være belastende på to måter. Informantene kunne oppleve det som sårt og føle sympati når de så at signifikante andre hadde det vondt. De kunne også føle seg misforstått og brydd av andres medfølelse for dem selv. Dette er sider ved kritisk medieomtale som er lite synlig for andre enn de omtalen angår og som lett kan taes for gitt.

Jeg forstår det slik at Arvid knyttet det belastende ved den kritiske omtalens vide påvirkningskraft, til det takserende forklaringsarbeidet som det innebar ovenfor kjente

Arvid: - Enda alle rundt meg og mennesker jeg kjenner, på en måte... Har en bevissthet på at media skriver masse tull, så vil man alltid føle at innerst inni der, så er det noe sant.

(...) Også kjenner jeg en resignasjon, mer enn at jeg blir opprørt. Og jeg kjenner at nå er det bare fiksjon og nå finnes ingenting lenger. Og det er en følelse av oppløsning da... Også får jeg den; "Nå må jeg holde på i en uke. Også skal det bladet stå der i en uke. Også skal folk spørre meg i en uke; "Hva var det da?" og "Hvordan føler du deg? Ble det dumt?", skjønner du?

(...) Og hvis du overbeviser de; "Nei det gjør ingenting." og "Det er helt i orden." Så kan det virke som om du kjekker deg litt

(...) Og du vet hvordan det er når du ikke er sinna, så er det veldig irriterende å bli kalt sinna.

(...) Den typen reaksjoner er slitsomt, for alle tenker "Innerst inne er du litt sånn..." Og det er så slitsom måte å forholde seg til verden på hele tiden. For alle tenker; "Å, det må være tøft med mediepress og sånn." Ja, det kan være tøft, men det er veldig tøft at alle skal spørre meg om det er veldig tøft. Det er et aspekt ved dette som er sånn meta.

## Arbeidsforhold

I møter med kritisk medieomtale hadde halvparten av informantene opplevd et anspent forhold til sin daværende arbeidsplass hvor deres jobb som programleder kunne stå på spill som følge av omtalen. Samtidig kunne de beskrive å ha følt seg sviktet av sine overordnede og ”solgt ut” av personer de hadde jobbet for eller med på et tidligere tidspunkt. Bildet informantene malte av programledertilværelsen på sitt verste, var preget av usikkerhet, ensomhet og skiftende allianser.

Arvid fortalte at han ikke hadde vært så bekymret for sin karriere, så det var begrenset hvor mye han kunne utdype denne belastningskilden. Derimot hadde han opplevd at arbeidsgivere og journalister hadde brutt avtaler med han. Han beskrev at samspillet med pressen ofte kunne være belastende fordi det var preget av uforutsigbarhet og utrygghet. Jeg tolker hans uttalelser som en gjentatt påminning om at informantene, i møtet med journalister og presse under kritisk medieomtale, kunne føle liten kontroll og evne til å påvirke.

Arvid: - (...) jeg tror veldig mye av grunnlaget for alt materialet ditt er her; At i møtet med media så opphører.. Opplever mennesker også et møte med.. Hva skal jeg si.. Det er et slags sivilisasjonstap. Man legger til side en del alminnelige sosiale spilleregler, fordi; ”Nå er vi i media så nå kan vi oppføre oss som vi vil. Nå kan vi ringe deg kl to om natten.”!?

Intervjuer: - Jeg får assosiasjoner til umyndighetsbegrepet ditt, jeg.

A: - Ja, litt det, men også en oppløsning av normer og alminnelig vennlighet og dannet omgangsform, sosiale spilleregler, som vi alle har.

(...)

I: - Hvis vi tenker litt sammen, disse grensene og det sivilisasjonsaspektet du nevner, hva er det dette gir oss mennesker på et person til person plan?

A: - Det er godt for både trygghetsfølelsen, generelt å føle seg trygg, generelt å være forutsigbart; at, jeg vet at du, nå, ikke kommer til å skulle angripe meg med øks lissom!? Det føles jo allright å vite det!?

## **Belastningskildene, sett i lys av en selvpsykologisk forståelsesmodell**

Med utgangspunkt i den selvpsykologiske forståelsesmodellen virker det mest fruktbart å forstå belastningskildene på to måter; Som en frustrasjon av informantenes selv-motiver og deres forhandling med omgivelsene om egen selvoppfatning.

I Reflected-Appraisal-modellen presenteres selv-motiver som prosesser som fremmer stabilitet, kontinuitet og forutsigbarhet i selvet. Å bli omtalt i media på en måte som oppleves som både kritisk, løgnaktig og fremmedgjørende, kan tenkes å frustrere samtlige av menneskets selv-motiver, både behovet for å ha korrekt kunnskap om seg selv, det å ha en rigid selvoppfatning og det å ha en positiv ladet selvoppfatning. At både Arvid og informantene som hadde opplevd sin episode som en stor belastning, vektla feilfremstilling og faktafabrikkering som sentrale kilder til belastning, kan være et tegn på at selv-motivet, selvoppklaring, personers behov for å søke meningsfull og korrekt kunnskap om seg selv, var spesielt frustrert av kritisk medieomtale.

Betydningsfulle andre er en viktig kilde til informasjon om oss selv (Shrauger & Shoeneman, 1979). Spesielt kan kjente og kjære antas å være viktige "allierte" under kritisk medieomtale, i den grad de støtter den omtalte egen selvoppfatning (Osborne, 1993). De kan bekrefte de omtalte selvoppfatning, når mediebildet ikke gjør det. At det ble opplevd som belastende at familie, venner og partnere var påvirket av omtalen, kan blant annet forstås som at informantene erfarte at medias feiloppfatning av dem, spredde seg til betydningsfulle andre. Arvid kan forstås som å tematisere dette når han på s.50 sier at hvis feilfremstillingen i media får "fotfeste" hos hans nærmeste bekjente, fører dette med seg en følelse av "oppløsning" og at sannheten om han selv blir til "fiksjon". Han beskriver også forklaringsarbeidet som han måtte gjøre i etterkant av omtalen som belastende.

En siste prediksjon fra den selvpsykologiske modellen er at informantene vil være motivert til å korrigere medias feilfremstilling av dem selv. At Arvid og informantene oppga lav evne til medvirkning og kontroll over omtalen, som en betydelig kilde til belastning, kan forstås som at de opplevde det som vanskelig å nå frem med sin egen versjon i media. De opplevde lite kontroll over andres inntrykk av dem selv og hvilken informasjon som kom på trykk. Med det, ble de hindret i å drive selvpresentasjonsarbeidet som var avgjørende for å verne deres selvoppfatning mot innholdsmessig endring og strukturell svekkelse.

## **Strategier i møtet med kritisk medieomtale**

Informantene ble spurt om hva de gjorde for å håndtere den kritiske medieomtalen. Alle beskrev å ha brukt mer enn en type håndteringsstrategi ovenfor journalister og media. I noen tilfeller hadde informantene byttet til en motstridende strategi i løpet av omtalen. Hver av strategiene ble nevnt av tre eller flere av informantene.

I svarene deres leste jeg fem ulike måter å forholde seg til journalister og medieomtalen på under episoden; "Uttale seg i media- med hensikt å være åpen", "Uttale seg i media- med hensikt om å forme omtalen", "Kontakte kritiker", "Ikke gi kommentarer" og "Alenetid". I tillegg ga informantene uttrykk for to typer innstillinger en kan møte kritisk medieomtale med; "Perspektiv" og det å "Finne lek i kritikken".

### Uttale seg i media

Over halvparten av informantene hadde uttalt seg i media under episoden, Gustav, Felix, Lydia, William og Arvid. Dette kunne være å svare på journalisters spørsmål, møte til debatter eller sende leserinnlegg. Når informantene fortalte om sine uttalelser i media og hvilken effekt de tenkte uttalelsen ville ha, merket jeg meg et skille mellom de av informantene som fortalte at de uttalte seg med den intensjon å være åpen og ærlig for slik å ordne opp i feilfremstillingene og de av informantene som fortalte at de uttalte seg på grunnlag av hvordan de trodde journalistene kunne bruke uttalelsene, hvordan de kunne fremstille kritikeren i et dårligere lys og hvordan de kunne forme omtalen til å fremstå i et bedre lys og "rette opp sitt image". Mens den første måten å uttale seg på kan kalles å uttale seg med hensikt om å være åpen og selvavslørende, kan den sistnevnte måten å uttale seg på sies å vise en pragmatisk hensikt om å forme omtalen ved å være selvtilslørende.

#### *- Med hensikt å være åpen*

Gustav, Lydia og William fortalte at de under den kritiske medieomtalen hadde uttalt seg i media på en åpen og selvavslørende måte. Jeg oppfattet at hensikten deres var å bli forstått, å bli hørt, samt å være klar og åpen om hva de mente. Alle tre beskrev at de anså dette som sin plikt i kraft av deres mandat som journalister og de forventet å bli møtt på en respektfull og forstående måte. William og Lydia fortalte også at de hadde møtt pressen med en følelse av lojalitet og tillitt, noe de angret på. Etter en periode fortalte Lydia at hun hadde sluttet å gi kommentarer. William uttrykte at han fortsatt uttalte seg til media, flere måneder etter episodestart.

Men jeg hadde en lojalitet til (navn på kanal) og hadde et program der, så jeg tenkte at jeg får i hvert fall si noe til (navn på kanal) og det hadde tydeligvis alle fått med seg for på kvelden ringte det jo fra alle hauger og kanter. Selv om jeg hadde hemmelig telefonnummer, så hadde de av en eller annen merkelig grunn fått tak i det.

- Lydia

Intervjuer: - Prøver du alltid å gi et svar til journalister som ringer deg?

William: - Ja, dessverre... For jeg synes ikke det er riktig at jeg rømmer. Jeg må fronte... Og det burde jeg sikkert ikke gjort. Det er sikkert like lurt og la være.

I: - Hva om kritikere sender deg en mail eller journalister mailer, svarer du på det da? Prøver du å svare så mye du kan?

W: - Ja. Jeg prøver å svare alle folk. Jeg synes at når de henvender seg til meg, så skal de får et svar. (...) For jeg er journalist og da er man folkets talerør. Da skal folk kunne ringe deg om ting som de mener er galt og ta det opp... Jeg er dum jeg. Jeg tror det ennå jeg.

- William

Gustavs uttalelser i media skiller seg fra Lydia og Williams, ved at de uttalte seg for å svare på kritikk, mens Gustav selv initierte sin store oppslagsbølge ved å sende en mail til flere av de riksdekkende avisene. Når media reagerte med kritiske oppslag, hadde han forsøkt å ta til motmæle mot kritikken de første gangene, men han beskrev at han angret på dette i etterkant. Etter dette originale innlegget, byttet han strategi til å "Uttale seg med hensikt om forme omtalen".

Gustav: - Så jeg følte at alt jeg sa ble brukt for å passe inn i et bilde for det de hadde bestemt seg for på forhånd. Og det husker jeg at jeg ble fryktelig opptatt av. Sendte sinte mailer og... Ble litt sånn manisk og selvopptatt da.

Intervjuer: - Hjalp det?

G: - Neida. Da fikk de enda mer blod på tann, så det var helt håpløst. (...) Det nytter ikke å rengjøre deg i trykksverte. Hvis det står noe på trykk du ikke liker, må du bare svelge det og gå videre.

- Gustav

#### *- Med hensikt å forme omtalen*

Arvid, Brutus og Gustavs fortellinger om å uttale seg til pressen avvek fra William og Lydias på et punkt. De førstenevnte beskrev, ofte i dybde, hvordan de hadde brukt tid på å reflektere omkring hvordan deres uttalelser kunne oppfattes og brukes av journalistene. Arvid og Brutus beskrev også å ha gjort seg opp tanker om hvordan de skulle oppføre seg ovenfor journalister av ulik utdanningsbakgrunn, erfaring, kjønn og holdning, for at journalistens inntrykk ble styrt i den retning de selv ville. De beskrev strategisk ordbruk og måter de kunne gi

journalisten spennende informasjon, uten at det fikk dem selv til å fremstå i et dårlig lys.

Dette sto i kontrast til William og Lydias beskrivelser, hvor jeg ikke hørte noen slike vurderinger bli gjort

Vanligvis ville jeg ikke svart på det i det hele tatt, men så tenker jeg at det ser litt surt ut, at jeg har blitt sur... Nå svarer jeg bare ut i fra, ikke hvordan jeg genuint føler, men svarer bare ut i fra hvordan det skal se ut. Og det er viktig. Jeg gir ikke avisen en genuin følelse, jeg gir bare avisen en strategi.

- Arvid

De vet på forhånd hvilken sak de skal lage og derfor gjelder det at det uttrykket du lager når du holder på, får de på rett spor. Det handler om å lure dem litt. Det handler om å lure dem litt og få de litt ut på sånn, få de til å ikke helt vet hva som skjer. For da kan du nemlig styre det. (...) Det er viktig også fordi du selger jo din merkevare på en eller annen måte. Og den må være troverdig, derfor må du ha kontrollen, og med engang de begynner å dra i den og drar den ut i alle bauer og kanter så mister du den kontrollen.

- Brutus

Man må være litt sosial intelligent da, man må skjønne hvordan er det de tenker nå. Og da kan du egentlig styre med dem og styre dem akkurat hvor du vil.

-Gustav

Både Brutus og Gustav fortalte at samtaler med betydningsfulle andre var behjelpelige når de skulle bestemme seg for hva som passet å si i media. Brutus fortalte at han sammenliknet de ulike rådene vennene hans ga han og valgte strategi ut i fra et samlet inntrykk. Godtfred fortalte at han fikk råd av sin partner om hvilke uttalelser som passet og ikke passet på trykk.

### Kontakte kritiker

Over halvparten av informantene, Gustav, Brutus, Arvid, Henriette og Felix fortalte om at de hadde hatt direkte kontakt med den de anså som hovedansvarlig for kritikken. Dette hadde de gjort via mail, telefon eller ved at de møtte personene privat. Strategien ble brukt i nær tid etter omtalen og ofte i sinne. De fortalte å ha hatt samtaler hvor de hadde vært svært direkte og hvor de hadde ”satt den andre på plass”. Informantene beskrev det å ta kontakt på denne måten opplevdes som veldig givende.

Og jeg reagerte voldsomt på det bildet og ringte redaktøren, og lurte på om dette er en lokalavis verdig, for (navn på avis) er en lokalavis, en liten avis. Så hører det med til historien at jeg har hatt et par konfrontasjoner med (navn på avis) det siste året som helt sikker forsterket den der ”Nå er det faen meg nok!” – den berømte dråpen. Så



hadde jeg en prat med redaktøren og hun skulle ringe meg tilbake. Hun ringte aldri. Det gikk over ett år.

- Felix

Brutus: - Jeg prøvde å fokusere på det positive... Også tok jeg kontakt med han som hadde tatt bildene, (navn), også truet jeg han på livet.

Intervjuer: - Så du ringte han som hadde tatt bildene?

B: - Jeg ringte ham opp og truet han på livet og da forsto han at han hadde gjort noe galt da... Vi tok en øl noen dager etterpå.

- Brutus

Jeg har møtt han på en fest for ikke så lenge siden. Også var han så redd (ler). Så da måtte vi bare psyke han litt ut jeg og (navn på kollega), måtte si sannheten og invitere han på et seminar. Nei, gudavmeg. Det var litt lavt å gjøre det tilbake igjen, da. Det var så åpenbart i det jeg treffer han at han statusmessig var ”underdog”, det har han selv inntatt idet han møter meg, for han skjønner hvem jeg er og jeg skjønner hvem han er.

- Henriette

### Ikke gi kommentarer

Halvparten av informantene, Lydia, Arvid, Felix og Gustav fortalte at de hadde forsøkt å gjøre seg utilgjengelig for pressen og prøvd å ikke gi kommentarer under episoden. Dette var en strategi som oftest ble brukt etter hvert som omtalen utviklet seg. Severin var blitt fortalt av sine overordnede at han ikke fikk lov til å uttale seg i media og fulgte dette. Felix og Lydia valgt å utvide sin utilgjengelighet til å boikotte avisen/kanalen som hadde vært kritisk. Både Lydia og Arvid opplevde å få noe mer kontroll over omtalen ved å ikke uttale seg.

Og det var debatter her og det var debatter der, og jeg var helt klar på at ”Dette her, det var jeg helt ferdig med.” og jeg trives ikke i søkelyset og jeg har sagt det jeg har sagt, og jeg vil ikke gi noen kommentar. Og det var mas og det var mas.

- Lydia

Da tenker jeg; ”Vel, da må jeg gjøre meg utilgjengelig da.” for det hjelper ikke å svare nei. For jeg ønsker ikke å være med i saken, det er det jeg sier. Så de kan godt skrive om meg, men jeg vil ikke være med i saken. Det har med tilgjengelighet å gjøre. De tar det de får de, sier du ingen kommentar, så tar de det.

- Arvid

Det ble en voldsom vanskelig sak for meg. Som gjør at jeg ikke har snakket med (navn på avis) siden. Jeg hadde boikottet dem et år før det da.

- Felix

Om jeg skulle sette dagsorden, så er det langt ned på pidestallen, liksom. Folk legger merke til så mye annet og jeg gidder ikke å bruke tid, krefter på å gjøre det større, på å kontakte dem eller kontakte avisen og be om å få et tilsvarende.

- Henriette

### Alenetid

Severin, William og Lydia beskrev at de underveis i episoden hadde hatt behov for tid alene og være vekk fra presse, jobb og kjente. Dette skilte seg fra å ikke kommentere ved at de gjorde seg fysisk utilgjengelig og ikke hadde noe kontakt med journalister eller aviser.

Betydningen av denne alenetiden var forskjellig for de ulike informantene. For Severin var dette en tid hvor han fikk ”gått inn i seg selv”, Lydia opplevde at tid alene roet henne ned og hjalp mot ”dårlig humør”, mens William beskrev tiden alene som en nødvendig ”flukt” når omtalen og oppmerksomheten var på sitt mest intense.

Jeg gjør jo sånn som å ta en tur på skauen, at du roer deg, du tar deg litt mer tid for deg selv og søker litt mer privatliv og ensomhet enn det du gjør sånn ellers.

- Severin

Folk ser hva du har på deg. Folk kommenterer. Man får aldri fri på en måte hvis du tar den ut til det ytterste. Det har jeg oppdaget at den beste måten å beholde humøret på er å ikke snakke med noen den dagen, ikke liksom være hyggelig og sånn (ler).

- Lydia

Nei. Har ikke lyst til å snakke med noen. Jeg tror du går inn i deg selv. ”Folk orker ikke høre på det her.” Du blir opptatt av å snakke om saken, men de er ikke så opptatte av det.”

- William

### Perspektiv

I tillegg til å beskrive måter å håndtere omtalen på som gikk på møtet med- og relasjonen til media og presse, fortalte storparten av informantene at det å ha en spesiell innstilling til omtalen som viktig. Over halvparten av informantene beskrev at det å få en distanse til omtalen og se det fra avstand som en viktig innsikt. Ofte innebar det å få perspektiv på denne måten en forståelse av medieomtalen ikke var av så stor betydning for andre mennesker, med unntak av øyeblikkelig familie. Det å se medieomtalen i perspektiv ble av Arvid, Gustav og Henriette beskrevet som en evne de hadde utviklet over tid.

Første gang en leser om seg selv i avisen blir det så innmari viktig. Man har en følelse av at alle har lest det og blir veldig selvopptatt, rett og slett. Men i virkeligheten har

folk et veldig flyktig forhold til media. Det er bare de spesielt nærme som det gjør noe inntrykk på. For de fleste er det bare en av mange ting.

- Gustav

En banal ting som å se ting i perspektiv, være bevisst på ikke å synes for synd på seg selv, for folk går jo igjennom så mangt, sånn er det her i verden, du får leve uansett hvilken tid du lever på. Du må beskytte deg mot de negative tingene uansett om de er i media eller om du har noe helt annet.

- Severin

Men jeg har jobbet såpass lenge og jeg har vært reporter så lenge og jeg har sett så mye, jobbet med mange folk som har vært kjempestore profiler, (navn), (navn), sett folk bli vasket mellom sånne skandaler og runder med medieoppmerksomhet, sett hele mekanismen om hvordan sånne ting blir bygget opp, kommer til et klimaks og så bli borte. Og jeg har veldig perspektiv på hvem som egentlig bryr seg om det... Det du selv opplever av intensivitet, det kan du raskt halvere og halvere, jo lengre bort du kommer fra den lille andedammen som kalles journalistikk.

- Henriette

Og det vil jeg si rundt det her; Det er det hyggelige som jeg merker, for rundt den tiden jeg fikk medieomtale for det her, da reiste jeg rundt (...) og da møter jeg jo vanlige folk. Og hvor lite det har satt seg! Det er dårlige nyheter for (navn på avis). Det virker stort når det kommer, men effekten er veldig liten i forhold til hva en skulle tro.

- Arvid

Brutus fortalte at han ikke hadde hatt denne innstillingen under omtalen han beskrev, men at han hadde fått den senere i karrieren

For media er sterkt vet du og det er det også for de folkene som har havnet der liksom, selv om de bare har havnet der en gang. Ingen som så det husker det om tre dager om det ikke var veldig eksploderende nyheter de kom med. Det er bare de selv som husker det at de har vært på tv en gang. Det er det ingen andre som gjør.

- Brutus

### Finne lek i kritikken

Arvid, Gustav, Brutus og Henriette beskrev å ha hatt et lekent forhold til omtalen. De kunne både beskrive å føle glede knyttet til det å ”konkurrere” med pressen og kritikere og til det å finne en humoristisk side ved omtalen. Arvid, Brutus og Gustav oppga at samtaler med venner om omtalen var viktig for å finne frem humoren.

For det rare er jo at det er en glede i denne sporten... Jeg merker at jeg ble veldig morsom av det. Jeg forholder meg humoristisk til sånne ting, så det ble mye svart

humor i det. Det var også en morsom dag, selv om jeg følte mange følelser den dagen, men det var også mye svart humor her.

- Arvid

Men det er jo tosidig. Når man engasjerer seg så er det jo fordi man synes det er litt gøy også. En involverer seg fordi man liker at det blåser litt... (...) Jeg merker at den omtalen som var med på å karikere meg med mistro og motiver, den gikk innpå meg, men jeg synes det var gøy og at det ble reaksjoner og at jeg fikk oppmerksomhet.

- Gustav

De lo, jeg lo, for det var jo egentlig ganske morsomt at det skulle ende sånn, på en måte. Og derfor fokuserer jeg igjen på det som er positivt, ikke det negative. Jeg er alltid veldig flink til det og det gjorde jeg også veldig i den saken der. Da fokuserer jeg på det som er bra og... Så tenker jeg ofte at det jeg gjorde var bra allikevel!? Skjønner du.? Selv om ikke de liker det og (navn på kanal) sparker meg og... Så var det veldig morsomt! Og når jeg ser på bildene i dag, så tenker jeg at "Jøss!" Det er utrolig å ha en historie hvor det faktisk skjedde.

- Brutus

### **Hensiktsmessige måter å møte kritisk medieomtale på.**

Håndteringsstrategiene og innstillingene jeg fant i mitt utvalg, skilte seg konseptuelt fra mestringsstrategiene i Lazarus og Folkmans modell (1988). Innholdsmessig passer strategiene allikevel kategoriene problemfokusert og emosjonsfokusert mestring (Stroebe, 2000). Å kontakte kritiker, uttale seg i media- med hensikt å være åpen og med hensikt om å forme, hadde til hensikt å endre noen av situasjonsbetingelsene og kan kalles problemfokusert mestring. Å tilbringe tid alene, å finne glede i kritikken og se ting i perspektiv, ble beskrevet som å endre informantenes forståelse av situasjonen følelsesmessige tilstand og kan kalles emosjonsfokusert mestring. Hensikten med å ikke kommentere, varierte.

Det å få kritisk medieomtale ble beskrevet som en situasjon med liten mulighet til å påvirke fremstillingen av seg selv. I situasjoner med lite mulighet til å påvirke resultatet, kunne en anta at det å bruke emosjonsfokuserte mestringsstrategier ga minst opplevd belastning, da problemfokusert mestring var nytteløst. Her har tidligere forskning vært tvetydig (Stroebe, 2000). I min studie kan det virke som om en spesiell kombinasjon av de to typene mestringsstrategier hang sammen med opplevd mengde belastning.

Jeg fant tydelige forskjeller mellom belastningsgruppene i strategibruk under den kritiske medieomtalen. De som opplevde sin episode som en utfordrende, men overkommelig, middels-stor belastning, beskrev å ha brukt strategiene "Uttale seg i media- med hensikt å

forme omtalen”, ”Kontakte kritiker”, ”Perspektiv” og ”Finne glede i kritikk”. De som opplevde sin omtaleepisode som en overveldende og stor belastning, beskrev å ha brukt strategiene ”Uttale seg i media- med hensikt å være åpen” og ”Alenetid”.

For å forstå hvilke måter å møte kritisk medieomtale på som kan verne mot overbelastning, forsøkte jeg å se nytten av de ulike strategiene, i lys av både belastningskildene informantene oppga og Arvids uttalelser om hvilken effekt han trodde de ulike strategiene hadde. Jeg forsøkte også å forstå strategiene ut fra Reflected-Appraisal modellen. De problemfokuserende strategiene fikk mest fokus fordi de fremsto som de mest betydningsfulle.

#### Uttale seg i media- med hensikt om å være åpen

Å uttale seg med hensikt om å bli hørt og være ærlig og raus med sine meninger, var en strategi som var blitt brukt av Lydia, William og Gustav og hang sammen med stor opplevd belastning. Sett i lys av belastningskildene informantene oppgav, er det flere mulige forklaringer på dette. Selv om de møter pressen med å by på seg selv på en ærlig og raus måte, kan de oppleve å ha lite påvirkning på det endelige oppslagets form og innhold. I møtet med pressen, kan de befinne seg i et landskap med skiftende allianser, hvor avtaler om bruk av intervju materialet brytes. De kan bli feilfremstilt gjennom feilsiteringer, lav etterrettelighet og selektiv billedbruk. Dette kan oppleves krenkende og som et ”identitetstyveri” i seg selv, men kanskje spesielt krenkende og frustrerende om en har møtt pressen med ærlige hensikter. Å uttale seg til pressen med hensikt om å være åpen, kan også innebære at pressen får et rikt ”materiale” å arbeide med og at omtalen varer lengre. Jeg mistenkte dette for å gjelde i Williams tilfelle.

At denne strategien hang sammen med stor belastning, er en mulig forklaring på hvorfor William og Lydia etter hvert byttet strategi til å tilbringe tid alene underveis i sin omtaleepisode. William tematiserte selv muligheten for at det å være ærlig og tilgjengelig ovenfor pressen, var noe som kan ha gjort han utnyttbar.

Jeg stiller opp og jeg synes jeg må være redelig og ordentlig og det blir jeg... Vel, kanskje på mange måter utnyttet for, for ”William svarer jo! Vi får jo han til å svare, for han svarer, han! Han er ikke sånn som de andre som murer seg inne.”

- William

Arvid fortalte i vårt oppfølgingsintervju at han ikke tror at det å uttale seg med hensikt å være åpen og selvavslørende, er hensiktmessig ved kritisk medieomtale. Det å møte media på en ærlig og selvavslørende måte, vil kunne være en type emosjonell investering som kan gjøre en selv mer sårbar. Dessuten mente han at det å uttale seg åpent i media kan virke defensivt på trykk.

Arvid: - De skjønner ikke at de er med på et spill. De skjønner ikke at de er roller i en såpeopera. De tror det handler om det virkelige livet. De gjør seg sårbare og de har... Beste intensjoner, men de blir såret på en måte. Derfor blir de også innesluttet<sup>5\*</sup>, tror jeg. Som en reaksjon på det igjen. Så de er såre og ærlige. Og jeg vil tippe at den ærligheten vil ha kommet til uttrykk som en viss grad av sårhet, så jeg tror at her igjen så er det noe med grad av pragmatisme.

(...)

Det rare er at bare du svarer, så ser det ut som du går til motangrep. Selv om du svarer ”Du har jo helt rett i det.”, så kan det se ut som om du går til motangrep og ikke tåler kritikken.

#### Uttale seg i media- med hensikt om å forme omtalen

Å ha et reflektert forhold til, samt å spekulere i, hvordan journalister og publikum kunne oppfatte og bruke informasjonen når de uttalte seg, var en strategi brukt av Brutus, Gustav og Arvid. Det å være selektiv i sine uttalelser og oppmerksom på hvilken informasjon man ga i intervjuer med journalister, kan ha vært hensiktmessig på flere måter. Det kan ha lønt seg med tanke på at informantene følte de hadde en lav følelse av kontroll og forutsigbarhet om hvordan deres uttalelser ble brukt og i hvilken kontekst uttalelsene vil dukke opp i. I tillegg kan det at journalistene fikk ”noe” å jobbe med, men ikke ”alt”, tenkes å ha redusert spekulering, fabrikking av informasjon og bruken av sitater tatt ut av sammenheng. Det kan også tenkes at denne taktikken kan ha redusert informantenes følelse av å ha gitt pressen noe ”personlig” og av den grunn risikoen for å føle seg krenket av å bli feilfremstilt.

Arvid fortalte i oppfølgingsintervjuet at hans motivasjon for å forsøke å forme omtalen, var at han anså media som en konkurrent til historien han ønsket å fortelle om seg selv. Han poengterte viktigheten av å være fleksibel og pragmatisk med informasjonen man gir ut, i møtet med presse og media.

---

<sup>5</sup> Uttrykk som etterfølges av en asterisk, er betegnelser jeg brukte på de ulike mestringsstrategiene under oppfølgingsintervjuet med Arvid, men som jeg senere endret under oppgaveskrivingen. Det er betegnelser vi brukte når vi diskuterte, men muligens ikke betegnelser han selv originalt ville valgt.

Arvid: Jeg driter i om det er sant eller ikke, egentlig, for jeg synes bare at det er viktig at man synes det er interessant nok til at man vil være publikum av det jeg lager. Og dette er jo å bygge opp en myte om seg selv. Og når andre tar kontrollen over den myten, den faktaen, så blir det også jævlig irriterende, for det er jo jeg som skal kontrollere dette. Så det handler jo om ... Du intervjuer jo profesjonelle folk her, som også er historiefortellere. Det er ikke sånn at vi sitter og er på en måte harmløse vesener som er ofre for andres historiefortelling. Vi lager jo også historien om oss selv. Og sånn sett er jeg ikke bare en "sitting duck" for media, men jeg er også en konkurrent til media om å fortelle historien om meg selv.

(...) Du må huske at de fleste av oss jobber opp mot et publikum. Media står imellom oss og det publikumet. Det er derfor media også blir viktig, for hva formidler de? En ting er hva vi formidler gjennom våre programmer, men i tillegg formidles et bilde til, fra media. Og det er dette bildet vi må demme opp for og hvordan blir det bildet!?

Et paradoks i mine funn er at selv om informantene opplevde faktafeil og feilfremstilling av seg selv som belastende, kunne de oppgi å utelate fakta, utgi seg for å føle noe annet enn det de egentlig gjorde om en sak og på andre måter feilfremstille seg selv i møtet med media. En måte å forstå dette paradokset på, er at det kanskje ikke er det å bli fremstilt galt som var det mest belastende, men at det ikke var dem selv som styrte sin egen fremstilling. Dette ville forklare de motstridende funnene og passer med Arvids beskrivelse av å konkurrere.

### Kontakte kritiker

Å kontakte en journalist eller redaktør som de anså som hovedansvarlig for kritikken, ble beskrevet en givende strategi som halvparten av informantene hadde benyttet seg av. Strategien var ikke oppgitt brukt av de som opplevde sin omtaleepisode som en stor belastning.

Å ta direkte kontakt med den de anså som ansvarlig for sin feilfremstilling i media, kan ha redusert opplevd belastning på flere måter. To av hovedkildene til belastning under omtalen var å føle at en ble fremstilt faktisk galt i media og at i møtet med media hadde de ikke fått presentert seg selv som de ville. Ved å kontakte en journalist som var sentral i den kritiske omtalen kan de ha opplevd å bli hørt, sett og forstått som de selv ville, av en person som var betydningsfull i saken. Dette står i motsetning til å forhandle med et større pressekorps eller avisbildet. I tillegg kan det å være direkte ovenfor noen som var ansvarlig for deres egen krenkelse, ha vært et utløp for frustrasjonen og sinne.

I oppfølgingsintervjuet fortalte Arvid at han tror denne strategien er viktig fordi det føles "oppdragende" og gir en følelse journalisten ser en som subjekt.

Arvid: Og det å konfrontere\* den som startet omtalen er ganske vesentlig... Fordi... Hvis noen konfronterer den som startet omtalen, så nekter man å spille spillet. Da trekker, tvinger, en det ned på et mellommenneskelig nivå, et virkelighetsnivå. Og man tvinger journalisten inn i virkeligheten. Det er hva jeg gjør når jeg ringer den og den journalisten og han bare har sittet og funnet på og laget fiksjon.  
(...) Så ringer jeg opp og sier ”Du, det er Arvid, her. Hva mener du med det? Det er rart at du skriver det. Det er veldig sårende og rart at du skriver... Hva mener du?” Da bli de uten unntak helt fortvilet, for da vet de at de er tvunget inn i virkelighetens verden og det er en stemme og det er et menneske her.

### Ikke gi kommentarer

Å ikke kommentere var en strategi som det virket som om ikke hang sammen med opplevd belastning på noen systematisk måte. På den ene siden kan det å ikke gi kommentar tenkes å hindre at en opplever sinnet knyttet til at kommentarene blir misbrukt. På den andre siden, innebærer det å ikke uttale seg også en garanti for at feilfremstillingen i media ikke blir korrigert. Arvid var også usikker på effekten av denne strategien

### Alenetid

Begge informantene som hadde opplevd sin omtalepisode som en stor belastning, fortalte at de hadde trukket seg tilbake fra andre mennesker under episoden. I tillegg hadde Severin, som opplevde sin omtalepisode som en lav eller middels belastning, brukt denne strategien.

Alle informantene oppgav å ha flere enn fem mennesker som sto de nær og som de kunne regne med dersom de hadde store personlige problemer. Det å foretrekke alenetid under medieomtalen, kan derfor tenkes å handle om en personlig stil og valg.

Å ha hatt gode samtaler med andre mennesker under omtalen ble også knyttet til både det å ha følt glede, fått perspektiv og tips om hvordan de skulle forme omtalen. Lydia og Severin fortalte at de etter hvert som omtalen pågikk var blitt oppringt av en kollega og at denne samtalen ga dem perspektiv på sin omtale. Arvid fortalte under vårt oppfølgingsintervju at han trodde det å trekke seg vekk fra andre under omtalen ville få en til å tenke mer på omtalen. Dette passer med Williams beskrivelse av å ligge våken om natten og gruble.

Arvid: - Ja, jeg tenker at innesluttethet\* ikke er noen god måte å turnere det på.

Intervjuer: - Hvorfor ikke?

A: - For da tror jeg trollene kommer. Disse trollene som kommer om natten og gjør alt mye verre. Da tror jeg man kan begynne å lage bilder i fantasien. Det er de samme trollene



som kan komme til meg klokken fem om morgen og jeg ser på "the worst case scenario". For det gjør jeg fort da. Og alt blir jo større og styggere om natten. Og jeg tror at hvis man reagerer med innesluttethet, så tror jeg ikke det gjør at man ikke tenker på det. Jeg tror at man tenker desto mer på det.

Arvid beskrev sosial støtte som viktig under kritisk medieomtale, fordi andre mennesker kan gi en perspektiv og en opplevelse av delt forståelse. De kan også tjene som gode modeller.

Arvid: - Å ha en god samtale er avgjørende. Veldig viktig for meg. Å kjenne noen jeg kan snakke med det om det og som jeg kan få lov til å også eksponere at jeg føler at det rammer meg, de gangene jeg blir lei meg av det. Og det å ha både en kjæreste og en venn som har ganske stor forståelse av hva dette er.

(...)

Nei, det er jo igjen fordi de setter ting i perspektiv. De perspektivene de har jo.. De vil jo kunne si "Vi hadde jo også en forside i 1996 som var grusom!". "Åh-ja. Faen det hadde han jo, men jeg tenker ikke på han på noen annerledes måte allikevel."

(...) De har vært ute en vinternatt eller to. De lever fremdeles. De viser deg at det går faktisk ann å overleve dette.

Severin passer ikke inn i bildet av at "Alentid" hang sammen med stor belastning. Dette kan henge sammen med at han ikke kombinerte "Alenetid" med det å komme med offentlige uttalelser for "å orden opp i saken" slik han ønsket, men som han ikke fikk lov til av sjefene sine. Det kan tenke så ha ført til økt belastning.

### Perspektiv

Storparten av informantene hadde denne innstillingen i løpet av omtalen. Jeg hørte den ikke nevnt i intervjuet med William. Å ha perspektiv ble beskrevet av informantene som noe som senket intensiteten på følelsene de hadde hatt under omtalen. De beskrev det som en forståelse av at medieomtalen var svært lite viktig for andre enn dem selv.

Arvid anså perspektiv som en viktig innstilling å ha under kritisk medieomtale.

Arvid: (...) Jeg tror perspektivet er veldig viktig og interessant. Selv om det er stort den dagen, så må du se at det er 365 dager i året ganger x mange aviser... Det er egentlig uminnelig lite.

Det er mulig å forstå innstillingen perspektiv som noe som tapper hva Schibbye (2002:77) kaller en evne til selvrefleksivitet; det "å forholde seg til seg selv, å kunne være sitt eget objekt, å kunne "observere" seg selv, stille seg utenfor seg selv, det vil si avgrense og betrakte seg selv." Individuelle forskjeller i denne egenskapen kan også tenkes å mediere belastning.

### Finne lek i kritikken

Å oppleve glede under den kritiske omtalen eller finne lek i konkurransen med presse og media, var en innstilling beskrevet av Gustav, Brutus, Arvid og Henriette.

Strategien var ikke oppgitt brukt av de som opplevde omtalen som en stor belastning, men dette må forstås ut i fra at det å ha følt ”glede” under episoden, var et av kriteriene jeg brukte for å plassere informantene i de ulike belastningsgruppene.

Derfor blir det vanskelig å si noe med sikkerhet om denne strategien hang sammen med opplevd belastning, for argumentasjonen ville være tautologisk.

Glede var enten knyttet til støtten de fikk fra betydningsfulle andre under omtaleepisoden og spenningen de følte når de ”konkurrerte” med pressen om å forme sin fremstilling i media.

At noen fant glede og lekenhet i håndteringen av den kritiske omtalen, kan tolkes på to måter: En måte å forstå det på, er at de opplevde at det å uttale seg med hensikt om å forme omtalen og måten de ble fremstilt i media på, som en suksess. En annen måte å forstå det på er at gleden tapper egenskapen ”self-efficacy”; en persons tro på egne handlingers effektivitet, uavhengig av faktisk resultat (Bandura, 1997, i Stroebe, 2000). Den siste tolkningen virker mest troverdig ut ifra at informantene fortalte en sentral belastningskilde under omtalen var at de samlet sett hadde liten påvirkning på omtalen.

### **Forskjeller i strategier, sett i lys av en selvpsykologisk forståelsesmodell**

Med utgangspunkt i den selvpsykologiske modellen virker det fruktbart å se sammenhengen mellom valg av håndteringsmåte og belastning på to måter; Som et uttrykk for forskjeller i personlighetstrekket selv-monitorering og/eller som et uttrykk for ulike selvpresentasjonsteknikkers ulike effekt i møtet med media.

At enkelte informanter beskrev å ha uttalt seg med hensikt om å forme omtalen, kan taes til inntekt for at de var høy på personlighetsegenskapen, selv-monitorering; At de er dyktige på å observere, regulere og kontrollere sin oppførsel og selvpresentasjon i samspill med andre. Informantene som uttalte seg med hensikt om å være åpen og selvavslørende, kan forstås som å være lav på denne egenskapen. Dette korrelerer med å verdsette en overensstemmelse mellom sine indre opplevelser og sin ytre fremtreden og lite regulering av hvordan de fremstår i samspill med andre (Osborne, 1993:150, Snyder & Gangestad, 1986:125). Dette bildet passer med at William og Lydias beskrev lojalitet og journalistisk plikt som sin motivasjon for å uttale seg i media på en åpen måte.

Ulike selvpresentasjonstaktikker kan også ha ulik effekt på samspillet med media under kritisk medieomtale. Å uttale seg med hensyn om å forme omtalen, hang sammen med å ha tatt kontakt med en sentral kritiker under omtalen. Dette kan tyde på at disse informantene var aktive i forhandlingen med omverden om sin identitet og hvordan de ville bli oppfattet. Både det å legge planer for utbyttet av et intervju med en journalist og det å ta direkte kontakt med en kritiker, krever personlig initiativ. Disse strategiene passer som det Lee et al. (1998:702.) kaller Assertiv selvpresentasjonsarbeid; ”proaktiv oppførsel utført for å etablere en bestemt identitet” (ibid.). Taktikker som plasseres i denne gruppen er for eksempel ”å intimidere” og ”få den andre parten til å like dem”. Å uttale seg i media med hensikt om å være åpen og selvavslørende etter å ha fått kritisk medieomtale, er å være mer imøtekommende og minner mer om hva Lee et al. (ibid.) kaller defensiv selvpresentasjonsarbeid; forsøk på å reparere sin identitet eller kontrollere skadeeffekten av påventet skade (ibid.). Eksempler på taktikker fra denne gruppen er ”å forklare sine handlinger” og ”be om forlatelse”.

Som tidligere nevnt anses selvpresentasjonsarbeid i følge den selvpsykologiske modellen som viktig for en stabil og positivt ladet selvopplevelse. For mitt utvalg kan det virke som at assertiv selvpresentasjonsarbeid ovenfor viktige enkeltpersoner var hensiktsmessig med hensyn til opplevd belastning under omtalen.

Den selvpsykologiske modellen predikerer også at informantene vil unngå pressen og betydningsfulle andre, dersom de konkluderer med at deres selvpresentasjonsarbeid ikke hadde nok effekt på dem. At William og Lydia som uttalte seg med hensikt å være åpen, rapporterte å ha foretrukket alenetid etter hvert som omtalen hadde pågått en stund, kan forstås som at de ikke opplevde at sitt selvpresentasjonsarbeid fungerte.

En annen måte å forstå at noen foretrakk alenetid under omtalen, var at de var høy på personlighetstrekket, sosial angst, noe som tidligere har korrelert med bruken av defensive selvpresentasjonstaktikker (Lee et al., 1998). At Lydia fortalte at hun egentlig var ganske media- og intervjusky og at William fortalte at ukjente gjorde han engstelig under omtalen, passer denne tolkningen. At begge informantene jobbet som programledere gjør en slik tolkning mindre sannsynlig.

## AVSLUTTENDE REFLEKSJONER

### **Forskningsprosessen**

#### Teori og metode

I denne undersøkelsen tok jeg utgangspunkt i Lazarus og Folkmans (1984) stress og mestringsbegreper, men gjorde noen spesielle grep. Jeg utbroderte stressvurderingen til å inkludere følelsesopplevelser og jeg lette etter situasjonsspesifikke mestringsstrategier. Disse grepene erfarte jeg som konstruktive.

Å inkludere følelsesopplevelser synes jeg gjorde forskjellene i utvalgets opplevelse av omtale mye mer tydeligere og gjorde formidlingen av intervjumaterialet enklere. De fleste informantene rapporterte et lite antall konkrete fysiske og mentale plager som følge av omtale. Om jeg ikke hadde undersøkt følelsesaspektet ved deres opplevelser, hadde jeg kunne oversett viktige informasjon om hvordan de to gruppene med lavest opplevd intensitet skilte seg fra hverandre på. Å ikke ta utgangspunkt i den tradisjonelle åttedelte mestringsmodellen gjorde det mulig å oppdage måter å håndtere omtale på som jeg ikke ville funnet ellers.

I min undersøkelse lette jeg etter en mulig teoretisk forståelsesmodell som kunne supplere Lazarus og Folkmans (1984). Jeg oppdaget Reflected-Appraisal modellen, som tilbød en mer dynamisk måte å forstå kritisk medieomtale som belastning og mestringsstrategier under omtale. Jeg synes den forklarte funnene i min studie på en middels god måte. Den ga ingen forklaring på ulike grader av opplevd belastningsintensitet og hadde ingen forklaring på enkelte sentrale belastningskilder som for eksempel "Arbeidsforhold". På den andre siden tilbød den en forklaring på individuelle forskjeller i utvalget. Fremtidig forskning kunne tjent på å videreutforske forholdet mellom belastning under omtale og individuelle forskjeller i evnen til selv-monitorering.

#### Metning

Kvaliteten på forskning gjort med Grounded Theory designet, hviler på forskerens evne til å forstå, tolke og samprodusere mellommenneskelig mening. Som forsker med lite intervjuerfaring, opplevde jeg det til tider som vanskelig å holde fokuset på et bestemt tema til det var blitt gjort rede for på en omfattende, fullstendig og detaljrik måte. Resultatet er at jeg savner større metning av noen av fokusområdene i min undersøkelse.

Dette gjelder hovedsakelig kategorien ”Medvirkning”. Jeg tror metningsmangelen skyldes at spørsmål om opplevd mengde kontroll, var et av de første i guiden, samtidig som det kom rett etter ”Grand-tour”spørsmålet. Informantene og jeg behøvde ofte en halvtime på ”Grand-Tour”spørsmålet og etter det husker jeg flere ganger å ha følt meg presset på tid. Fordi denne kategorien derfor endte opp med å ha hva Strauss og Corbin (1990) kaller ”lav konseptuell tetthet”, er det grunn til å stille spørsmål til kategoriens forklaringspotensiale i studien.

Det kan også være en tendens i transkripsjonsmaterialet til at jeg lar bredde i temaer gå på bekostning av dybde. Jeg ser at jeg kunne spurt informantene mer om hvordan de selv trodde ting hang sammen og på den måten i større grad fått revidert min forståelse av den kausale relasjonen mellom kategoriene i datamaterialet. At jeg har hatt mye fokus på bredde i temaer fremfor dybde, må ses i forhold til mitt valg om å ta et steg bort fra Lazarus og Folkmans (1984, 1988) klassifikasjonssystem for ”stress” og ”mestring”. Den tidvise dybdemangelen kan også forstås ut i fra at intervjuene var retrospektive. Minner blir mindre detaljerte med tid. Noen av informantene måtte tenke flere år tilbake i tid, for å svare på spørsmålene mine. Dette gjaldt hovedsaklig informantene ”Severin” og ”Brutus”, som gjennomgående ga mer generaliserte svar på mine spørsmål, sammenliknet med de andre. Disse refleksjonene tok jeg med meg i oppfølgingsintervjuet med Arvid, hvor jeg synes dybdeperspektivet ble godt bevart.

### Generaliserbarhet

Det var utfordrende å rekruttere programledere til denne undersøkelsen. Grounded Theory foreskriver originalt at utvelgelse av informanter skal gjøres ”teoretisk”; det vil si at de skal velges ut i fra den voksende forståelsen av hva som kunne utfordre og variere resultatene (Corbin & Strauss, 1990). Dette gir forskeren en økt mulighet til å ettersjekke sine konsepters representativitet og konsistens. Fordi tilgangen på informanter som var av interesse for meg var begrenset, og fordi mange av de jeg kontaktet ikke ønsket å delta i studien, valgte jeg å velge informanter strategisk, på grunnlag av utvalgskriterier. Dette gjorde utvalget mer homogen enn om utvelgelsen hadde blitt gjort teoretisk

Mitt utvalg kjennetegnes av å være en liten og eksklusiv gruppe i samfunnet. I tillegg til å være voksne, medieerfarne celebriteter, var de etablerte i det norske mediebildet og de fleste hadde en lang karriere bak seg. At omtrent halvparten av programlederne jeg kontaktet, ikke

ønsket å delta i undersøkelsen, betyr også at mitt utvalg kan ha skilt seg fra den norske celebritetspopulasjonen på ukjente tilleggsmåter. Av disse grunnene blir fremtidig replikasjon av studien på likende utvalg avgjørende for å si noe om troverdigheten og generaliserbarheten til mine funn. Jeg vet fra personlige samtaler med Psykiater Lars Weisæth (høsten 2006) at han utfører en liknende undersøkelse på celebriteter og offentlige personers opplevelse av kritisk medieomtale i regi av Nasjonalt Kunnskapssenter om Vold og Traumatisk Stress. Denne forskningen er betydningsfull for å ettersjekke variasjonene og representativiteten i mine funn.

I undersøkelsen hadde jeg som mål å forstå hva det er ved fenomenet ”kritisk medieomtale” som gjør det til en belastning. Samtidig opplevde storparten av mitt utvalg seg selv som god til å håndterte kritisk medieomtale på en belastningsdempende måte. Det begrenser muligheten til å si noe generelt om omtale som belastning ut i fra mitt utvalg. Det er grunn til å anta at intervjuer med personer med mindre medieerfaring er nyttigere for å si noe om dette. Samtidig finner jeg igjen mange funn som likner funnene fra tidligere hovedoppgavene, noe som øker studiens generaliserbarhet (Andreassen, 2003, Andreassen og Skålholt, 2003, Gustafsson, 2003, Karlsen, 2007). Mer om dette nedenfor.

Et annet mål jeg hadde var utvikle noen forslag om hvilke intrapersonlige ressurser som kunne verne mot intens belastning under kritisk medieomtale og hvordan de gjør det. Dette virket det som om mitt utvalg hadde godt grunnlag for å si noe om; De fleste i utvalget fortalte om utfordrende, men overkommelige episoder med kritisk medieomtale og om gode erfaringer med å håndterte kritisk medieomtale på en belastningsdempende måte. Det jeg i liten grad har undersøkt er hvordan informantene tenkte at de hadde utviklet disse evnene. Det begrenser noe av den praktiske nytten av disse funnene og fremtidig forskning vil tjene på et nøyere fokus på dette.

## **Funnene og deres implikasjoner for presse og behandlere**

Pressens Faglige Utvalg har gitt prinsipielle uttalelser om at celebriteter til tider må belage seg på å tåle en mer nærgående medieoppmerksomhet enn andre mennesker. Ved at jeg i denne studien har tydeliggjort hva en gruppe programledere opplevde at de måtte ”tåle” ved kritisk medieomtale og prosessen de gikk igjennom for å gjøre omtalen ”tålelig”, har jeg forsøkt å vise noe av kompleksiteten i hva det innebærer å få medias oppmerksomhet på seg. Mine funn tilsier at uttalelser av denne typen må nyanseres.

Et konsistent funn studien var at halvparten til alle programlederne kunne oppleve kritisk medieomtale som en krenkelse av noe grunnleggende personlig som de hadde et eierforhold til. Dette gjorde dem svært sinte, frustrerte og involverte i omtalen. Deres reaksjoner var ofte knyttet til det de opplevde som en feilfremstilling av dem selv i media. Feilfremstillingen anså de som et resultat av uredelig journalistikk, kjennetegnet av subjektiv vinkling, lav etterrettelighet og forenklinger. De hadde følt liten evne til å påvirke denne fremstillingen, som ofte var en karrieremessig utfordring eller trussel. De kunne ofte føle seg alene eller forrådt av kollegaer og overordnede under episoden. Omtalen kunne også sette sitt preg på andre deler av tilværelsen, ved at betydningsfulle andre ble involvert eller led under den. To av informantene hadde fått medieomtale som de opplevde som en svært intens belastning og som hadde gjort dem veldig redde.

Tidligere hovedoppgaver hvor idrettsutøvere og kvinnelige og mannlige ledere har vært intervjuet (Andreassen, 2003, Andreassen og Skålholt, 2003, Gustafsson, 2003, Karlsen, 2007), finner flere funn som likner de jeg fant i min studie. Flere av informantene i disse studiene, beskrev det å bli misforstått og at det ble fremsatt påstander om dem som de mente var urimelige eller usanne, som en av de mest sentrale delene av belastningen ved det å få kritisk medieomtale (Andreassen, 2003:35, Gustafsson, 2003:63). Det ble funnet at mange hadde reagert på omtalen med sinne og en følelse av å ha blitt urettferdig behandlet. Omtalen hadde av mange blitt vurdert som en trussel mot deres karriere og offentlige anseelse og som en utfordring av deres relasjoner (Andreassen, 2003, Gustafsson, 2003, Andreassen og Skålholt, 2003, Karlsen, 2007). Karlsen (2007) fant også vinkling, fremstilling og lav medvirkning som et hovedtema hos sine informanter. At mitt utvalg med medieerfarne programledere kan oppleve kritisk medieomtale på den samme måten som andre informanter, kan tyde på at det er en måte mange mennesker vil reagere på vår tids kritiske mediedekning.

De mestringsstrategiene det virket som om vernet mitt utvalg mot overveldende og intens belastning, var å uttale seg i media med hensikt om å forme omtalen, å finne lek i kritikken, å kontakte en sentral kritiker og se omtaleepisoden i perspektiv.

Noe PFU og behandlere bør notere seg, er at det ikke er rimelig å forvente at en novise i media, vil ha tilgang på disse strategiene. De må anses som et resultat av årelang yrkeserfaring i media. Man kan ikke forvente at noen som er ny i media kan vite hvordan de skal styre et intervju med en journalist eller gi sitater som tar brodden av en avisartikkel, noe som igjen vil gjøre det lite mulig for dem å forholde seg til den kritiske omtalen med en leken innstilling. De vil heller ikke sitte på nok erfaringer til å se omtalen i perspektiv eller ressursene og nettverket som kunne tillatt dem å komme tett innpå og i kontakt med sentrale kritikere. En del av disse egenskapene ble også utviklet i samspill med betydningsfulle andre og man kan ikke forvente at alle har de samme ekstrapersonlige ressursene som en voksen celebritet.

De presseetiske implikasjonene av min studie er at media kan forebygge at omtalte opplever kritisk medieomtale som unødvendig belastende ved å ta Vær Varsom-plakaten alvorlig. Sett i lys av belastningskildene jeg fant, virker spesielt § 3 som beskriver journalistisk atferd og forholdet til kilder og § 4 som beskriver publiseringsreglene, viktig: En journalistikk som er nyansert og nøytralt vinklet, med strenge krav til kildebruk og ettersjekking av informasjon med dem saken gjelder, kan redusere intensiteten på belastningen til de omtalte. Personer som jobber i media bør også være bevisst på at medieomtalen kan påvirke flere mennesker enn intendert. Med hensyn til informantene i mitt utvalg som hadde opplevd omtalen som svært belastende etter å ha møtt pressen på en åpen og selvavslørende måte, vil jeg minne om § 3.9. som lyder ”Opptre hensynsfullt i den journalistiske arbeidsprosessen. Vis særlig hensyn overfor personer som ikke kan ventes å være klar over virkningen av sine uttalelser.”



## Referanser:

- Andreassen, W. (2003). *Det blåser på toppene. En kvalitativ studie av stress og mestring hos ledere som har vært utsatt for kritisk medieomtale*. Upublisert hovedfagsoppgave i psykologi. Oslo: Universitetet i Oslo
- Andreassen, L., S., & Skålholt, M., D., J. (2003). *Medaljenes bakside. En kvalitativ studie av opplevelse og mestring hos personer fra idrettsmiljø, som har blitt utsatt for kritisk medieomtale*. Upublisert hovedfagsoppgave i psykologi. Oslo: Universitetet i Oslo
- Adler, P., & Adler, P. (1989). The glorified self: The aggrandizement and the constriction of self. *Social Psychology Quarterly*, Vol. 52, (4), s. 299-310.
- Bodahl-Johansen, G. (2007). *Kjendis- og betalingsjournalistikk*. (Uten dato) - En rapport utarbeidet på bakgrunn av Håvard Melnæs' bok om Se og Hørs arbeidsmetoder. Tilgjengelig online på <http://presse.no/> (sist lastet ned 19-10-07).
- Campell, J. D., Assanandi S. & Paula, A. D. (2003). The structure of the self-concept and its relation to psychological adjustment. *Journal of Personality*, Vol. 71, (1)
- Campell, J., D., Trapnell, P., D., Heine, S., J., Katz, I., M., Lavalley, K., F., & Lehman, D., R. (1996). Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 70, (1), s. 141-156.
- Corbin, J. & Strauss, A. (1990). Grounded theory research: Procedures, Canons, and Evaluative criteria. *Qualitative Sociology*, Vol. 13, (1).
- Folkman, S., & Lazarus, R.S. (1988). Ways of Coping Questionnaire. Research Edition. California: Consulting Psychologists press, Inc.
- Glaser, B. & Strauss, A. (1967). *The discovery of grounded theory*. Chicago: Aldine
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. New York, NY: Doubleday Anchor.

- Gustafsson, E. M. (2003). *Heksejakt i vår tid? En kvalitativ studie av ti kvinners opplevelse og mestring av kritisk medieomtale*. Upublisert hovedfagsoppgave i psykologi. Oslo: Universitetet i Oslo
- Haig, B. D. (1995) Grounded theory as scientific method. *Philosophy of Education Society*: [http://www.ed.uiuc.edu/EPS/PES-Yearbook/95\\_docs/haig.html](http://www.ed.uiuc.edu/EPS/PES-Yearbook/95_docs/haig.html) (sist lastet ned 19-10-07)
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, Vol. 94, (3), s. 319-340.
- Hill, C. E., Thompson B. J. & William E. N. (1997). A guide to doing Consensual Qualitative Research. *The Counselling Psychologist*, Vol 25, (4), s. 517-572
- Karlsen, K. E. (2007). *Menneskejakten. En kvalitativ undersøkelse av umiddelbare opplevelser av belastning, livskvalitet og mestring hos ti menn, utsatt for kritisk medieomtale*. Upublisert hovedfagsoppgave i psykologi. Oslo: Universitetet i Oslo
- Kolstad, T. (1994). *Medias makt - "ofrenes" avmakt*. Fredrikstad: Institutt for Journalistikk.
- Kvale, S. (1996). *Interviews. An introduction to qualitative research interviewing*. London, UK: Sage Publications, Inc.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York, NY: Springer Publishing Company.
- Lee, S., Quigley, B., M., Nesler, M., S., Corbett, A., B., & Tedeschi, J., T. (1998). Development of a self-presentation tactic scale. *Personality and individual differences*, Vol. 26, s. 701-722
- Marconi, J. (2002). *Reputation marketing. Building and sustaining your organization's greatest asset*. McGraw-Hill, American Marketing Association.

- Monsen, Eilertsen, Melgård og Ødegård, (1996). Affects and affect consciousness: Initial experiences from the assessment of affect integration. *Journal of Psychotherapy. Practice and Research*, Vol 5, 285-294.
- Morin, A., & Craig, L., (2000). Self-Awareness, self-esteem, and alcohol use in famous and relatively well-known individuals. *Current Research in Social Psychology*, Vol. 5, (16), s. 236-253.
- Norsk Presseforbund (2007). Vær Varsom-plakaten. Norsk presseforbunds etiske normer for pressen. Tilgjengelig online på <http://presse.no/> (sist lastet ned 19-10-07)
- Osbourne, R. E., (1993). *Self. An eclectic approach*. Massachusetts, USA: Allyn & Bacon.
- Pandit, N. R. (1996). The Creation of Theory: A recent application of the grounded theory method. *The Qualitative Report*, Vol 2, (4).
- Pressens Faglige Utvalgs søkebase er tilgjengelig online på <http://www.pfu.no/simple.php>
- Schaller, M. (1997). The psychological consequences of fame: three tests of the self-consciousness hypothesis. *Journal of personality*, Vol 65, s. 291-309
- Sedikides, C. (1993). Assessment, enhancement, and verification of the self-evaluation process. *Journal of Personality*, Vol 65, (2), s 317-338.
- Shrauger, J. S. & Shoeneman, T. J. (1979) Symbolic interactionist view of self-concept: Through the looking glass darkly. *Psychological Bulletin*, Vol. 86, (3), s. 549-573.
- Shibbye, A. L. (2002). *En dialektisk relasjonsforståelse. I psykoterapi med individ, par og familie*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Snyder, M., & Gangstad, S. (1986). On the nature of self-monitoring: Matters of assessment, matters of validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 51, s. 125-139

- Story, A., L. (2004). Self-esteem and self-certainty: A mediational analysis. *European Journal of Personality*, Vol. (18), s. 115-125
- Stroebe, W. (2000). *Social psychology and health*. 2<sup>nd</sup> ed. Buckingham, UK: Open University Press.
- Swann, W., B. (1987). Identity negotiation: Where two roads meet. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.53, (6), s. 1038-1051.
- Tjore, Ø. (2002). Prosjektbeskrivelse. I Offentlighetens Søkelys. Stress og mestring hos personer som har vært utsatt for vedvarende kritisk medieomtale i sin arbeidssituasjon.
- Vollrath, M. (2001). Personality and stress. *Scandinavian Journal of Psychology*, Vol 42, s. 335-347.
- Weisæth, L. & Mehlum, L. (1993). *Mennesker, traumer og kriser*. Oslo, Universitetsforlaget.
- Waldahl, R. (1989). *Mediepåvirkning*. Norge: Ad Notam forlag AS.

## APPENDIKS

## Appendiks 1. Informasjonsbrev



UNIVERSITETET  
I OSLO

**Fanny Duckert**  
Professor  
Instituttbestyrer

Informasjonsbrev angående prosjektet

### I OFFENTLIGHETENS SØKELYS

**Psykologisk Institutt**

Postboks 1094 Blindern  
N-0317 Oslo

Vi tillater oss å kontakte deg fordi vi har sett at du har vært omtalt i mediene i forbindelse med din arbeidssituasjon. Vi ønsker å komme i dialog med deg da vi tror du sitter med erfaringer som det kan være verdifullt for andre å ta del i.

*Besøksadresse*  
Forskningsveien 3  
Gaustad

Telefon: 22 84 51 85

Telefaks: 22 84 50 01

Ved Psykologisk Institutt, Universitetet i Oslo har vi startet et forskningsprosjekt om stress og mestring hos personer som har vært utsatt for

kritisk medieomtale i sin arbeidssituasjon. Vi vil fokusere på hvordan personer som har vært utsatt for slik omtale opplevde situasjonen og hvordan det påvirket deres relasjoner til kollegaer, familie, venner og ukjente. Vi vil også se på de mer langsiktige effektene av denne erfaringen og kartlegge hva den enkelte foretar seg for å håndtere situasjonen.

E-post: [fanny.duckert@psykologi.uio.no](mailto:fanny.duckert@psykologi.uio.no)

<http://www.psykologi.uio.no/pres/fduckert.html>

Hensikten med prosjektet er å få mer kunnskap om hva som skjer med mennesker som utsettes for kritisk medieeksponering, hvordan de opplever og håndterer en slik opplevelse og hva de mener de kunne hatt nytte av i en slik situasjon. Denne kunnskapen vil være viktig for andre som kommer i tilsvarende situasjoner. Videre vil kunnskap fra dette prosjektet kunne gi viktige bidrag til den presseetiske debatt. Til dags dato er det gjort lite kjent forskning på dette tema.

Faglig ansvarlig for prosjektet er Professor Dr. Philos. Fanny Duckert, Psykologisk Institutt. Hovedforsker er Cand. Psychol. Øyvin Tjore som skal ta doktorgrad på dette arbeidet. Studenter på Profesjonsfag i Psykologi samler inn data og skriver hovedoppgaver på prosjektet.

Vi vil med dette spørre deg om du kan tenke deg å delta som informant på dette prosjektet. Selve undersøkelsen består i et personlig intervju, i tillegg til at du blir bedt om å fylle ut noen skjemaer som systematisk kartlegger stressmomenter i den aktuelle situasjonen, din opplevde belastning, personlige ressurser og egenopplevelse. Under intervjuet vil vi gjerne bruke båndopptaker, men bare hvis du synes dette er greit.

Det vil kun være prosjektmedarbeiderne som får tilgang til prosjektets data. Informasjonen vi får vil bli behandlet strengt konfidensielt og anonymitet vil bli ivaretatt i alle publikasjoner. Deltakelsen i prosjektet er frivillig og du kan når som helst trekke deg underveis uten å oppgi grunn. Du vil da få alle dine data slettet. Når undersøkelsen er avsluttet, vil alle data vil bli slettet.

En av forskerne vil kontakte deg per telefon i nærmeste fremtid for å informere nærmere om prosjektet. Dersom du selv ønsker å ta kontakt, kan du gjøre dette direkte på e-post til:

Marius Presterud, tlf: e-post:  
eller undertegnede.

Prosjektet er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste.

Med vennlig hilsen

Fanny Duckert

## Appendiks 2. Samtykkeerklæring

### SAMTYKKEERKLÆRING VED INNSAMLING OG BRUK AV PERSONOPPLYSNINGER TIL FORSKNINGSPROSJEKTET ”I OFFENTLIGHETENS SØKELYS”

Jeg har lest informasjonsbrevet vedrørende prosjektet ”I offentlighetens søkelys” hvor jeg blir bedt om å delta som informant.

Jeg gir mitt samtykke til at informasjon som er hentet inn fra meg kan benyttes i prosjektet ”I offentlighetens søkelys”.

Følgende forutsetninger ligger til grunn for samtykket:

- All informasjonen skal behandles konfidensielt.
- Ved publisering skal alle data anonymiseres slik at min person ikke kan knyttes til informasjonen.
- Det er kun prosjektmedarbeiderne som får tilgang til prosjektets data.
- Prosjektmedarbeiderne er underlagt taushetsplikt.
- Jeg kan når som helst velge å trekke meg som informant i prosjektet. Mine data vil da bli slettet.
- All data vil bli slettet når prosjektet er ferdig 01.08.08.

Sted:\_\_\_\_\_ Dato:\_\_\_\_\_

Navn:\_\_\_\_\_

## Appendiks 3. Intervjuguide

### INTERVJUGUIDE

**Prosjekt: "I offentlighetens søkelys"**

**Sist endret: 08.03.06**

Av Marius Presterud. Vennligst returner om funnet. Tlf:

- \* Takk for at...
  - \* Spørsmålene kan være...
  - \* Alt som blir sagt under dette intervjuet er selvfølgelig taushetsbelagt. Du har også muligheten til å trekke deg når som helst hvis du skulle ønske det. Det viktigste er at du føler deg så trygg at du tør å være ærlig.
  - \* Jeg vil vektlegge at dette intervjuet ikke er et intervju med media, men om din opplevelse av media. Under dette intervjuet så er det veldig viktig at du ikke retusjerer opplevelsene dine eller sensurerer deg selv for å gjøre et godt inntrykk på meg, men at du heller bare sier ting rett ut, slik du har opplevd dem.
  - \* Pausetid.
  - \* Det er vanlig at vi tar opp intervjuene, for å transkribere dem ordrett. Er det noe du er komfortabel med?
  - \* Spørsmål
  - \* Samtykkeerklæring.
- 
- *Jeg har jo bedt deg om å være informant i dette prosjektet fordi du er i et yrke hvor en sentral del av jobben din omhandler det å få medieeksponering. Du er også i et yrke som fler og fler blir en del av, men som det for øyeblikket foreligger veldig lite forskning på. Og der sitter du med verdifull informasjon som veteran. Jeg lurte på om jeg bare skulle starte med et litt åpent spørsmål også snevrer jeg det inn derifra?*
  - Jeg har jo bedt om å få snakke med deg om kritisk medieomtale. Er det noe du har tenkt på i den forbindelse?
  - Da vil jeg spørre deg en del spørsmål om det å få medieomtale og da først kritisk medieomtale.
    - Nå vil jeg at du skal ta deg god tid til å tenke deg godt om. Kan du huske en gang du fikk negativ medieomtale og opplevde det som en belastning? Velg en enkelt sak. Har du en? Bruk et øyeblikk til å tenke igjennom hele forløpet.
    - Fortell meg om den saken, punkt for punkt.
    - Hva var mest belastende ved denne episoden?  
Fokus: Viktige hendelser Aktører?



- Hva var det som gjorde --- til en belastning?
  - Hva følte du sto på spill? (Kan du si litt mer om det?)
  - Hva innebar det for deg?
- 
- Hvor mye kontroll opplevde du at du hadde i den saken?
  - Var det en del av belastningen?
- 
- Hvor mye kontroll følte du du hadde over:
    - Møtet med journalister og fotografer
    - Tekstbruk
    - Bildebruk
    - Redigering før publisering
    - Måten saken fremsto på
    - Måten du fremsto på
- 
- Tenk deg tilbake til akkurat når alt starta og du nettopp har blitt klar over oppslaget.  
Du er i starten av den episoden.
  - Kan du fortelle hva du gjorde for å komme deg igjennom episoden? (Noe annet?)
  - Hvordan hjalp det?
  - Var det noe du gjorde for å takle den kritiske medieomtalen som var nytteløst?
- 
- Hva tror du var det første du sa til deg sjæl når du så oppslaget og bildene?
  - Hvordan merket du at omtalen gikk inn på deg?
  - Merket du det fysisk?
  - Husker du om du gråt noe under denne episoden?
  - Husker du hvordan matlysten din var?
  - Husker du hvordan søvnen din var?
  - tenkte du noen gang på å skade deg selv eller andre? (O)
- 
- Når tenkte du sist på episoden?
  - Er det noe spesielt som kan få deg til å tenke tilbake på episoden?
  - Hvordan er det å snakke om det nå? Bringer det opp noen følelser i deg?

- Hvis du skulle trekke en parallell til noe annet du har opplevd eller kunne ha opplevd som var like belastende, hva ville det ha vært?
  
- Ok. Vi er fremdeles i episodestart. Nå skal jeg nevne en del følelser, så vil jeg at du skal ettersjekk i hvilken grad den følelsen jeg nevner passer for hva du følte når du først ble kjent med oppslaget/omtalen. Her får du noen kategorisvar: Det passer ikke, Passer litt, Passer noe, Passer mye, Passer veldig mye. Du kan også si en til fem-v.m.
  
- Hvordan reagerte omgangskretsen din på medieomtalen?
  - Familie, Venner, Kollegaer, Ukjente
  - Er det vanlig, når du får kritisk medieomtale?
  
- Tenk på de menneskene som du omgikk under den episoden, var det noen du likte å snakke med om medieomtalen?
  - Familie, Venner, Kollegaer, Profesjonell hjelp, Ukjente
  - Husker du en samtale som sto frem som god?
  - Hvordan hjalp det deg?
  - Hvilken følelse hjalp det best mot?
  
- Alt i alt, Hvor belastende ville du si denne opplevelsen var på en skala fra 1-10? Hvor 10 tilsvarer ekstrem belastning og 1 tilsvarer ingen belastning?
  
- Kan jeg be deg tegne en graf på dette arket av din totale livskvalitet før, under og etter den spesifikke episoden? Hvor 10 tilsvarer veldig god livskvalitet og -10 tilsvarer veldig dårlig livskvalitet.
  
- Noen ville gått skikkelig i kjelleren om de fikk slik omtale. Hva skulle til for at du medieomtalen skulle ha knekt deg?
  
- Hva synes du media bør passe seg for å gjøre, for å unngå at de skader noen med omtale?

- Det å ha en jobb i TV og det å være kjent nært knyttet til hverandre. Jeg kunne tenke meg å til slutt spørre deg et par generelle spørsmål om det å være kjent.
- Hvordan merker du best at du er kjent?
  
- Hvordan merker du det på samspillet ditt med menneskene omkring deg?
- Familie, Venner, Kollegaer, Ukjente
- Hvilke forventninger møter folk deg med om hvem du er?
- Føler du at du er del av et felleskap, en ”bransje”?
  
- Noen har nevnt at de har noen avæpningsteknikker dersom de merker at noen de ikke kjenner, vil prate med dem.
- Har du det?
- Hva tror du får deg til å bruke dem?
  
- Nå skal vi gjøre et tankespill: Forestill deg for et lite øyeblikk at du ikke hadde hatt en jobb som var relatert til media. Du blir ikke sett på TV. Du blir ikke skrevet om. Du opptreer ikke og du omgås ikke folk i bransjen.
- Hvordan ville livet ditt vært annerledes?
- Er det noe du ville ha savnet?
- Er det noe du ville vært glad for var annerledes?
  
- Hva er det verste media kan gjøre mot en?
  
- Hvis vi snur det på huet, hva er det beste media kan gjøre for en?

#### Appendiks 4. Skjema for følelsesreaksjoner

##### Følelssespesifikasjon:

ikke noe--litt-----noe----mye-veldig mye

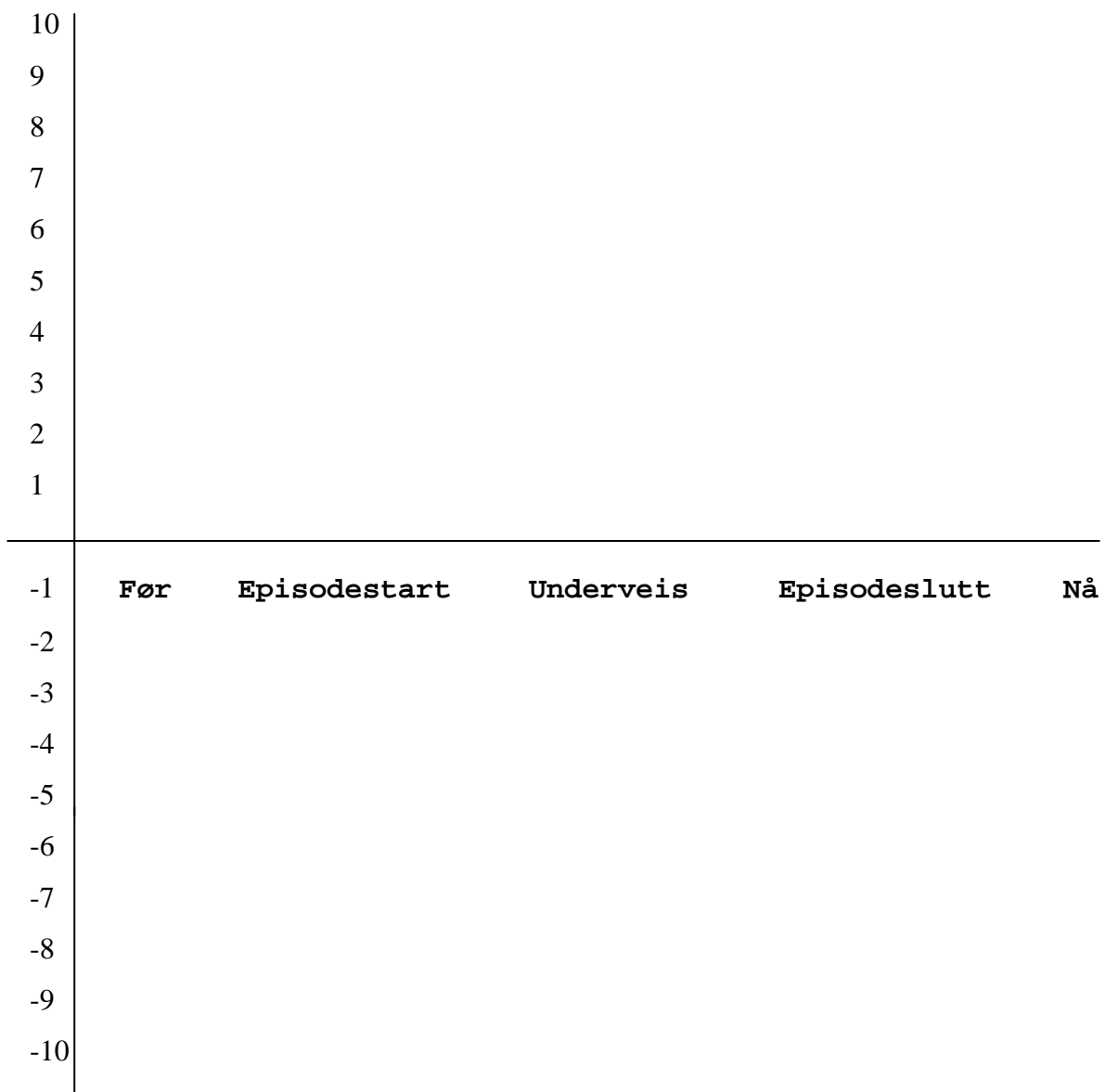
Interesse	1	2	3	4	5
Redsel	1	2	3	4	5
Sinne	1	2	3	4	5
Skam	1	2	3	4	5
Glede	1	2	3	4	5
Tristhet	1	2	3	4	5
Avsky	1	2	3	4	5
Skyld	1	2	3	4	5
Hengivenhet	1	2	3	4	5
Overlegenhet	1	2	3	4	5
Misunnelse	1	2	3	4	5

- Så av de følelsene jeg har nevnt nå, så passer – og – best/dårligst til å beskrive det å få kritisk omtale, for deg, der og da?
- Kan du si litt mer om hva det var ved episoden som fikk deg til å føle deg - ?

*Bra. Da har jeg fått enn litt forståelse av hvordan det føles å bli omtalt. Da vil jeg spørre deg mer om...*

## Appendiks 5. Kurve for livskvalitet

### Opplevelse av total livskvalitet: Negativ episode



Appendiks 6. Selvutfyllingsskjema med bakgrunnsinformasjon

Datainnsamling for prosjektet  
"I offentlighetens søkelys"

Psykologisk Institutt  
Universitetet i Oslo

Takk for at du tar deg tid til å delta og svare på disse spørsmålene!

Les instruksjonene øverst på hvert av de ulike skjemaene, spør gjerne dersom noe er uklart.

Det er ingen riktige eller gale svar - velg det alternativet som best beskriver hvordan du opplever deg selv på disse områdene av livet ditt.

## **Kartleggingsskjema for Medieprosjektet**

**1. Dato** \_\_\_\_\_

**2. Fødselsår:** \_\_\_\_\_

**3. Kjønn:**

0: Kvinne

1: Mann

**4. Sivilstatus:**

0: Single

1: Gift

2: Samboende

3: Fast partner – men ikke samboende

4: Separert/ Skilt

5: Enke/enkemann

**5. Utdanning:**

0: 9-årig skole eller mindre

1: Fullført videregående skole/realskole

2: 3 års høyere utdanning

3: Mer enn 3 års utdanning

**6. Yrkesstatus:**

0: Arbeidsløs

1: Manuell arbeider, håndverker, fysisk arbeid (fabrikk, butikk, rengjøring, fagarbeider etc.)

2: Helse/sosialarbeider/lærer (sosionom, sykepleier, lærer i grunnskolen etc.)

7: Selvstendige næringsdrivende/frie yrker; allmennpraktiserende lege, advokat, artist, sportsutøver etc

8: Skoleelev/student

9: Husmor/hjemmeværende/permisjon

Så litt om dine medieerfaringer:

**7. Hvordan vil du beskrive mengden av medieomtale der ditt navn og din person har vært trukket inn totalt sett gjennom livet sammenlignet med ”vanlige folk”:**

0: Lite

1: Noe

2: En del

3: Mye

4: Svært mye

**8. Hvor lang tid har medieomtalen strukket seg over? (fra du begynte å få omtale for alvor)**

0: 0- 3 måneder

1: 3-12 måneder

2: 1-3 år

3: 3-5 år

4: 5 år eller mer

**9. I hvilken grad vil du beskrive omtalen som positivt?**

0: Svært lite positiv

- 1: Lite positiv
- 2: Verken positiv eller negativ
- 3: Positiv
- 4: Svært positiv

10. I hvilken grad vil du beskrive medieomtalen som negativ?

- 0: Svært lite negativ
- 1: Lite negativ
- 2: Verken positiv eller negativ
- 3: Negativ
- 4: Svært negativ

11. Hvor mange artikler, reportasjer, innslag, oppslag vil du anslå at den kritiske omtalen kan dreie seg om?

- 0: Mindre enn 5
- 1: 6-10
- 2: 11-20
- 3: 21-50
- 4: 51-100
- 5: Mer enn 100

**De neste spørsmålene dreier seg om ditt forhold til andre mennesker. Det er dine umiddelbare, personlige erfaringer vi ønsker å få vite om.**

**12. Hvor mange mennesker står deg så nær at du kan regne med dem hvis du har store personlige problemer?**

- 0: Ingen
- 1: 1 eller 2
- 2: 3-5
- 3: Flere enn 5

**13. Hvor stor interesse viser familien din for det du gjør? (velg ett svaralternativ)**

- 0: Ingen deltakelse eller interesse
- 1: Lite deltakelse og interesse
- 2: Usikker
- 3: Noe deltakelse og interesse
- 4: Stor deltakelse og interesse

**14. Hvor stor interesse viser vennene dine for det du gjør? (velg ett svaralternativ)**

- 0: Ingen deltakelse eller interesse
- 1: Lite deltakelse og interesse
- 2: Usikker
- 3: Noe deltakelse og interesse
- 4: Stor deltakelse og interesse

**15. Hvor stor interesse viser kollegaer for det du gjør? (velg ett svaralternativ)**

- 0: Ingen deltakelse eller interesse
- 1: Lite deltakelse og interesse
- 2: Usikker
- 3: Noe deltakelse og interesse
- 4: Stor deltakelse og interesse